



腎經
大便
出處
一曰

內境背面圖

大小腸九盤



內境正面圖

ORGANES ET ENTRAILLES EN MTC

WWW.SHEN-TI.COM

ORGANES ET ENTRAILLES

Table des matières

A OBJECTIFS CIBLES A L'ISSUE DE CE COURS	3
A RAPPEL SUR LA VISION DES ORGANES VISCERES EN MTC	4
I Différence entre les organes et les entrailles	4
1 Les organes	4
2 Les entrailles	5
B LES ORGANES.....	6
I LE POUMON - FEI.....	6
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU POUMON EN MTC.....	6
1.1 Les fonctions du poumon	6
1.2. Les relations du Poumon	7
II LA RATE - PI.....	8
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE LA RATE EN MTC.....	8
1.1 Les fonctions de la Rate	8
1.2. Les relations de la Rate.....	10
III LE COEUR - XIN.....	11
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU COEUR EN MTC	11
1.1 Les fonctions du COEUR.....	11
1.2. Les relations du Cœur	12
IV LE FOIE - GAN.....	14
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU FOIE EN MTC	14
1.1 Les fonctions du Foie	14
1.2. Les relations du Foie	16
V LE REIN - SHEN.....	17
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU REIN EN MTC.....	17
1.1 Les fonctions du Rein.....	17
1.2 La notion de Ming Men	23
1.2. Les relations du Rein.....	23
VI LE MAITRE DU COEUR – XIN BAO	24
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU MAITRE DU COEUR EN MTC	24
1.1. Les relations du Maître du Cœur	24
C LES ENTRAILLES ORDINAIRES.....	25
I LE GROS INTESTIN – DA CHANG	25
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU GROS INTESTIN EN MTC.....	25
1.1 Les fonctions du Gros Intestin	25
1.2. Les relations du Gros Intestin	25
II L'ESTOMAC– WEI.....	25
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE L'ESTOMAC EN MTC	25

1.1 Les fonctions de l'Estomac	25
1.2. Les relations de l'Estomac	26
III L'INTESTIN GRELE – XIAO CHANG	26
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE L'INTESTIN GRELE EN MTC	26
1.1 Les fonctions De l'Intestin Grêle	26
1.2. Les relations De l'Intestin Grêle.....	27
IV VESICULE BILIAIRE – DAN	27
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE LA VESICULE BILIAIRE EN MTC.....	27
1.1 Les fonctions de la Vésicule Biliaire	27
1.2. Les relations de la Vésicule Biliaire	28
V VESSIE – PANG GUANG	28
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE LA VESSIE EN MTC	28
1.1 Les fonctions de la Vessie	28
1.2. Les relations de la Vessie	28
VI TRIPLE RECHAUFFEUR – SAN JIAO.....	28
1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU TRIPLE RECHAUFFEUR EN MTC.....	28
1.1 Les fonctions Du Triple Réchauffeur.....	29
1.2. Les relations du Triple Réchauffeur	29
D LES ENTRAILLES EXTRAORDINAIRES	30
I LE CERVEAU - NAO.....	30
II LES MOELLES - SUI	30
III LES OS - GU	30
IV LES VAISSEAUX - MAI.....	30
V L'UTERUS - NUZIBAO	31
E RESUME DES RELATIONS ENTRE LES VISCERES (Organes).....	33
I Relation entre le Cœur et le Poumon.....	33
II Relation entre le Cœur et La Rate	34
III Relation entre le Cœur et le Foie.....	34
IV Relation entre le Cœur et le Rein	34
1. L'assistance mutuelle du Feu et de l'Eau.....	35
2. La racine commune de l'esprit et de l'essence.....	35
V Relation entre le Poumon et la Rate	35
VI Relation entre le Poumon et le Foie.....	36
VII Relation entre le Poumon et le Rein	36
VIII Relation entre le Foie et le Rate	37
IX Relation entre le Foie et le Rein	37
X Relation entre le Rate et le Rein.....	38
I Questions et exercices sur le chapitre « Les Viscères : Organes et Entrailles »	40

ORGANES ET ENTRAILLES

A OBJECTIFS CIBLES A L'ISSUE DE CE COURS

A la fin de ce cours vous devrez être capable de :

- De comprendre quelles sont les fonctions de chaque Viscères du corps humain
- De comprendre quels sont les liens qui unissent ces Viscères
- De connaître leurs rôles dans la constitution, la circulation des 5 substances du corps humain.
- D'essayer de faire du lien entre anatomie/physiologie occidentale et orientale.

Pour cela il vous faudra :

- Avoir lu et étudié le cours papier,
- Avoir retenu les informations essentielles que ce cours contient,
- Avoir fait les exercices,

Vous avez, pour cela à votre disposition :

- Le support qui suit, contenant
 - o La théorie,
 - o Le protocole pratique,
 - o Une fiche résumée du massage,
 - o Des exercices à faire,
 - o Une Auto-évaluation,
 - o Une bibliographie

ORGANES ET ENTRAILLES

A RAPPEL SUR LA VISION DES ORGANES VISCERES EN MTC

La MTC attache une grande importance à la connaissance de la structure, de la fonction, de l'association à d'autres tissus de chaque viscère mais également à la compréhension des liens entre ces différentes viscères. C'est cette vision du corps humain composés d'éléments qui travaillent, communiquent, échanges les uns avec les autres et avec l'environnement qui fait que la médecine chinoise est dite « holistique », globale.

Lorsque l'on parle d'un viscère en MTC **par exemple du Poumon**, il ne faut pas comprendre uniquement l'organe poumon que nous connaissons en médecine occidentale et qui a pour fonction d'assurer les échanges gazeux lors de la respiration. Mais en MTC, le Poumon est une notion beaucoup plus étendue puisqu'il est associé à de nombreux autres éléments. Chacun de ces éléments fait partie d'un tout et chacun de ces éléments peut manifester la vitalité ou le déséquilibre de la viscère Poumon :

- L'organe poumon en lui-même,
- Des tissus qui y sont associés : la peau pour le Poumon,
- Un type d'activité mentale, d'émotion, : la tristesse, la mélancolie,
- Un sens : le nez et l'olfaction
- Une saison : l'automne
- Un facteur climatique externe : la sécheresse,
- Une ouverture : le nez
- Un système-méridien : le méridien du poumon,
- Une saveur : le piquant,
- Des liens particuliers avec d'autres viscères : lien yin/yang avec le gros intestin
- Etc.

Nous retrouvons toutes ces correspondances dans la théorie des cinq mouvements. Il faut donc bien faire la différence entre le viscère à proprement parler comme le « **poumon** » selon la **vision occidentale** qui va s'écrire avec un **p minuscule**, et le « **Poumon** » selon la théorie de la MTC qui va s'écrire avec un **P majuscule** et qui sous-entend tous les éléments qui sont autour de ce viscère poumon et que nous venons de lister.

Le terme « viscère » est utilisé pour nommer à la fois les « organes » (pleins et yin) et les « entrailles » (vide et yang). Donc si l'on parle de viscères cela désigne à la fois les organes et les entrailles.

On distingue trois types de viscères :

- **Les organes** : ils sont au nombre de 5 (Cœur, Rate, Poumon, Foie et Reins)
- **Les entrailles ordinaires** : elles sont au nombre de 6 (Vésicule Biliaire, Estomac, Intestin Grêle, Gros Intestin, Vessie et Triple Réchauffeur)
- **Les entrailles extraordinaires** : le Cerveau, les Moelles, les Os, les Vaisseaux, l'Utérus et enfin la Vésicule Biliaire qui est également incluse dans les entrailles extraordinaires

L'une des principales fonctions des Viscères est d'assurer la production, la conservation, le renouvellement, la transformation et le mouvement des substances vitales. Ces substances vitales que sont :

- L'essence, Jing,
- L'énergie, Qi,
- L'esprit, Shen,
- Le sang, Xue,
- Les Liquides organiques, Jin Ye,

Chaque viscère peut avoir une relation privilégiée avec l'une de ses substances :

- Le cœur propulse le sang,
- La Rate participe à la création des Liquides organiques et du Sang,
- Le Poumon gouverne le Qi,
- Le Rein stocke le Jing, etc.

I Différence entre les organes et les entrailles

1 Les organes

Les organes sont considérés comme **Yin** et on les nomme « Zang ». Ils sont relativement pleins et plus interne que les entrailles Yang. Ces organes sont au nombre de 5 et il s'agit du Cœur, de la Rate, du Poumon, du Foie et du Rein.

On leur associe des fonctions générales qui sont de :

- *Stocker l'énergie acquise et innée,*
- *Transformer et métaboliser l'énergie acquise et les substances,*
- *Transporter et distribuer les substances valorisées,*
- *Gouverner les fonctions vitales*

Chaque organe peut également avoir des fonctions spécifiques que nous aborderons lorsque nous étudierons chacun d'entre eux.

2 Les entrailles

Les entrailles sont considérées comme **Yang** et on les nomme « Fu ». Ils sont relativement creux et plus externes que les organes Yin.

Il y a deux types d'entrailles :

- **Les entrailles ordinaires qui sont yang** : elles sont au nombre de 5 ou 6 selon que l'on compte la vésicule biliaire qui peut faire partie des ordinaires et des extraordinaires. On retrouve : Vésicule Biliaire, Estomac, Intestin Grêle, Gros Intestin, Vessie et Triple Réchauffeur (qui n'est pas vraiment une entrailles).

Les fonctions de ces entrailles ordinaires

- *Assistent les organes,*
 - *Ils acceptent, reçoivent les aliments liquides et solides,*
 - *Ils transforment et transportent les aliments solides et liquides,*
 - *Ils trient et transmettent en permanence l'eau et les aliments et l'évacuent vers l'extérieur,*
 - *Elles sont en contact avec l'eau et les aliments.*
- **Les entrailles extraordinaires qui sont yin** : elles sont au nombre de 5 : le Cerveau, les Moelles, les Os, les Vaisseaux, l'Utérus et enfin la Vésicule Biliaire.

Les fonctions de ces entrailles extraordinaires

- Gardent, conservent l'essence et n'évacuent pas vers l'extérieur (excepté pour l'utérus qui peut garder le fœtus pendant 9 mois, puis l'évacuer et la vésicule biliaire qui peut garder la bile et l'évacuer au moment des repas)
- Elles ne sont pas en contact avec l'eau et les aliments

B LES ORGANES

I LE POUMON - FEI

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU POUMON EN MTC

Le Poumon est un organe qui établit le contact entre l'interne et l'externe. C'est un organe qui est donc le premier touché par les pervers externes dits climatiques. Ce qui fait qu'il peut être atteint dans les maladies infectieuses et virales comme les gripes, les rhinites, les sinusites, les pharyngites, etc. C'est l'organe Yin le plus Yang et c'est l'organe le plus haut dans le corps humain. Il est donc responsable d'une première ligne de défense de l'organisme (bouclier) au même titre que la peau qui est la barrière entre l'intérieur et l'extérieur.

Il est associé à la respiration et à tous les éléments du système respiratoires haut (nez, sinus, et bas (trachées),



1.1 Les fonctions du poumon

1.1.1. Le Poumon gouverne l'énergie

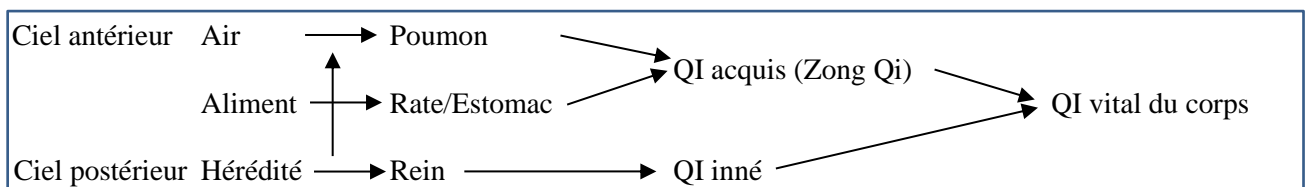
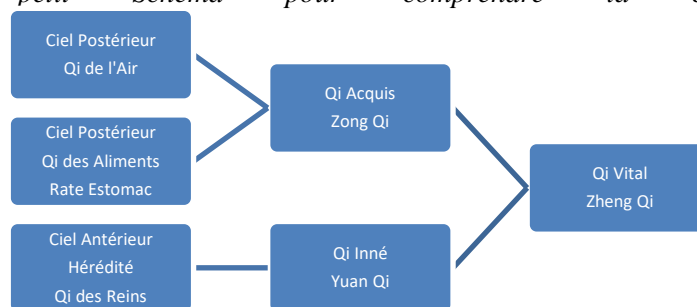
Le poumon est qualifié de « Maître de l'énergie » car sa fonction principale est de transformer et diffuser l'énergie.

- **Le poumon gouverne la respiration (inspiration et expiration).** Il absorbe, réchauffe, filtre l'air, il absorbe l'oxygène et rejette du Co2 et des déchets. **Le poumon est un organe qui s'épure lui-même** grâce à des cils qui font remontés les déchets du poumon et les rejettent sous forme de glaire.

Dans sa fonction de respiration, il est aidé par le rein. Le Poumon à la charge de l'expiration et le Rein quant à lui à la charge de la réception de l'inspiration. C'est par l'intermédiaire du maintien de l'équilibre des électrolytes dans le sang que le rein maintien des bonnes conditions pour les échanges gazeux au sein du poumon.

- **Le poumon participe à la création du Qi Vital.** C'est en son sein et dans le réchauffeur supérieur que les trois formes d'énergies vont pouvoir se rencontrer pour créer le Qi vital de l'organisme. En effet, les aliments digérés qui constituent le Qi Acquis alimentaire sont passés par le Foie et remonté jusqu'au cœur. Ce sang et ce Qi Acquis alimentaire va ensuite passer dans la petite circulation pour se diriger vers le Poumon qui va absorber et créer la deuxième forme de Qi Acquis à savoir le Qi Acquis de l'air. Ces deux Qi Acquis s'associent pour former Zong Qi. Ce Zhong Qi va circuler dans tout le corps par la grande circulation et également s'associer au Qi Innée et vont constituer le Qi Vital de l'organisme. Le Poumon a donc un rôle à la fois dans la création du Qi de l'air et d'association de ce Qi aux autres Qi.

Voici un petit Schéma pour comprendre la création du Qi vital



Ce Zong Qi qui a été formé au réchauffeur supérieur va permettre :

- o D'aider le cœur à propulser le sang car il sera le premier nourri par cette énergie,
- o Il va permettre au poumon d'assurer la phonation
- o Va nourrir tous les éléments du réchauffeur supérieur.

Une bonne respiration est sous la dépendance des poumons mais également des reins qui aident les Poumons à inspirer profondément. En effet, l'inspiration est plutôt sous l'influence des Poumons (afflux et reflux de l'air pur et vicié et zone d'échange gazeux (O2 et Co2)).

On dit du Poumon que c'est le « premier ministre » et que le matin, tous les organes viennent en audience auprès de lui.

1.1.2 Le Poumon gouverne la diffusion, la descente et la purification

Chaque organe à son propre mouvement énergétique de montée, de descente de diffusion dans toutes les directions. L'énergie du poumon est quand elle descend (c'est pour cela que cela correspond à l'élément métal qui coupe et qui fait descendre. A l'automne, saison du Poumon, le mouvement de la nature est descendant comme la sève des végétaux qui rejoignent le système racinaire. Cette énergie du Poumon descend donc pour se diriger vers le Rein qui reçoit le Qi de l'inspiration. Ce qui permet de nourrir le Qi inné et le Rein. Le Poumon va envoyer l'énergie créée dans la circulation générale par l'intermédiaire de la grande circulation (la petite circulation est celle qui va du cœur au poumon et la grande circulation celle qui va du cœur à tout l'organisme).

Le Poumon est également responsable de la diffusion et de la distribution du Wei Qi (Energie défensive qui est créée au niveau du réchauffeur moyen, qui circule en dehors des méridiens) dans tout l'organisme (Voir partie théorie du Qi). C'est ce Wei Qi va assurer la défense contre les attaques externes. Ce Wei Qi va également commander l'ouverture et la fermeture des pores de la peau. Lorsque ce Wei Qi est insuffisant, les pores de la peau resteront ouverts et il y aura transpiration et une ouverture aux attaques externes de vent, de froid, d'humidité, etc. Le Wei Qi à aussi pour fonction de réchauffer la peau et les muscles son absence peut créer de la crainte du froid.

1.1.3. Le Poumon contrôle les eaux

On dit que le Poumon contrôle les eaux. Le Poumon envoie au Rein, une partie des liquides organique pour filtration toujours dans un mouvement de descente. Les liquides lourds sont dirigés vers le rein et il vaporise les liquides légers humides pour humidifier et nourrir les tissus. Dans la théorie du Triple Réchauffeur, on dit qu'il a une fonction de brumisateur.

Le poumon va également garder libre la voie des San Jiao (Triple Réchauffeur), pour la circulation des liquides. Dans ces voies, circule également le Yuan Qi (Qi inné), les liquides organiques et le Wei Qi. La circulation de ces éléments est plus sous la dépendance du Poumon au niveau du Réchauffeur Supérieur, de la Rate au niveau du Réchauffeur Moyen et du Rein au niveau du Réchauffeur Inférieur. Si le Poumon ne s'épure pas bien, s'il y a présence de glaires, les liquides ne vont pas bien circuler dans les trois réchauffeurs. Cette épuration, cette propreté conditionne donc la libre circulation dans les San Jiao.

Résumé des fonctions du Poumon

- Le Poumon gouverne la respiration (l'inspiration et l'expiration) avec l'aide du Rein,
- Le Poumon s'épure lui-même,
- Le Poumon participe à la création du Qi Vital,
- Le Poumon dirige l'énergie dans tout le corps, on dit qu'il est le maître de l'énergie,
- Le Poumon aide le Cœur dans la mise en circulation du Qi,
- Le Poumon diffuse et distribue le Wei,
- Le Poumon contrôle l'ouverture et la fermeture des pores de la peau,
- Le Poumon garde libre la voie des San Jiao,

1.2. Les relations du Poumon

- Le Poumon est un organe Yin qui est associé au Gros Intestin qui lui est Yang
- Le Poumon fait partie de **l'élément Métal de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés au Poumon :
 - o Il est en relation avec le système respiratoire,
 - o Il est en relation avec les voies respiratoires hautes (nez, trachée, cordes vocales, pharynx, larynx) et basses (bronches, alvéoles pulmonaires),
 - o L'ouverture du Poumon se fait au nez et les sécrétions naturelles du Poumon sont les sécrétions nasales
 - o La saison est l'automne
 - o Le facteur climatique associé est la sécheresse,
 - o Il est en relation avec la peau, les poils et les pores de la peau,
 - o La couleur est le blanc
 - o La saveur est le piquant
 - o L'émotion est la tristesse la mélancolie
 - o La plénitude énergétique du Poumon dans la circulation énergétique est : 3h-5h,
 - o Le pouls du Poumon est au poignet droit, côté pouce en profondeur,
 - o Sa zone de projection sur la langue est sur le bout de la langue ou il entoure la zone du Cœur.

II LA RATE - PI

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE LA RATE EN MTC

Avant de vous présenter plus en détail la Rate, il nous faut préciser que la Rate en Médecine traditionnelle chinoise n'est pas seulement associée à l'organe rate en médecine occidentale. La dénomination Rate en médecine Chinoise est l'association de l'organe rate (organe lymphoïde) et pancréas (organe digestif). Ce qui explique pourquoi on trouve des fonctions à la fois digestives et immunitaire dans l'organe Rate. Pour rappel, lorsque l'on trouve écrit Rate en médecine Chinoise avec la majuscule, on parle bien de la rate, du pancréas et de tous les éléments qui y sont associés (émotion, saison, orientation, saveurs, etc.).

La Rate est en relation avec l'élément Terre, le centre du corps, elle craint l'humidité alors que l'estomac (organe avec lequel elle est associé) lui, aime l'humidité.

Le principal rôle de la Rate est **d'aider la fonction digestive de l'Estomac** en transportant et en transformant les aliments, en absorbant les éléments nutritifs de la nourriture et en laissant descendre ce qui n'est pas utilisable. C'est ce que l'on nomme faire la séparation entre le pur et l'impur. Il s'agit bien sûr d'une image. **La Rate est donc l'organe central de production du Qi** : puisqu'elle extrait des aliments et des boissons le **Qi des Aliments (Gu Qi)** qui est la source de production du Qi et du Sang dans l'organisme. Pour rappel, ce Premier Qi extrait des aliments se nomme Ying Qi (Qi nutritif). Il va y avoir une ascension de ce Qi jusque dans le réchauffeur supérieur ou il va se combiner à l'air dans le Poumon pour donner le Qi Complexe, qui lui-même est la source de la production du Qi Vrai (Zhen Qi). Le Qi des Aliments de la Rate est aussi la **base indispensable à la formation du Sang**. Parce que le Qi des Aliments extrait par la Rate constitue la base matérielle de la formation du Qi et du Sang, la Rate (aidée en cela par l'Estomac) est souvent appelée la **Racine du Qi du Ciel Postérieur**. Ce Qi est produit dans le réchauffeur moyen que l'on nomme également la « Marmite », lieu de maturation et d'extraction des substances nutritives des aliments.



脾脏图

1.1 Les fonctions de la Rate

1.1.1. La Rate gouverne la transformation et le transport

La Transformation

La transformation des aliments (digestion) commence dans l'Estomac et ils sont envoyés ensuite dans le Duodénum où se mélangent les sécrétions de la Vésicule Biliaire et du pancréas. La Rate en médecine chinoise a pour fonction de séparer ce qui dans la nourriture, est utilisable de ce qui ne l'est pas. Le processus digestif est un processus séparation du pur et de l'impur. La Rate notamment par l'action du pancréas, participe au processus digestif, processus de transformation **les aliments et les boissons** ingérés afin d'en extraire le Qi. L'absorption des nutriments et des liquides qui ont lieu dans **l'Intestin Grêle et le Gros Intestin sous la dépendance de l'action de la Rate**, participe à la formation du Qi et du Sang de l'organisme. Les résidus de cette transformation finiront en selles sous l'action du Qi du Gros Intestin.

Le transport

Ces éléments absorbés que l'on nomme Jing Wei (Quintessence des aliments, les nutriments), franchissent la paroi intestinale pour devenir du Qi, du Sang, des liquides organiques. La Rate va donc pousser, transporter ces Jing Wei grâce au :

- **Ying Qi** qui entre dans les vaisseaux et qui devient rouge et fabrique le Sang et nourrit tout le corps,
- **Wei Qi** qui va au réchauffeur supérieur pour être distribué (voir les fonctions du Poumon) par les Liquides organiques et qui par la voie des Sang Jiao va aller dans tout le corps,
- **Zong Qi** qui vient aussi de l'air et se distribue dans tout l'organisme par la circulation du sang par le Foie et remonter jusqu'au Poumon pour qu'il y ait combinaison avec le Qi de la respiration. Ce qui constituera le Qi complexe Zhong Qi et pourra être distribué aux divers viscères et parties du corps.

1.1.2. La Rate transforme l'eau, les liquides et l'humidité

La fonction de transformation et de transport de la Rate est cruciale dans le processus de digestion et de production du Qi et du Sang. Si cette fonction est normale, la digestion est bonne, l'appétit également, l'absorption est normale et le transit intestinal régulier. Si cette fonction est perturbée, on note une perte de l'appétit, une mauvaise digestion, une distension abdominale et des selles molles.

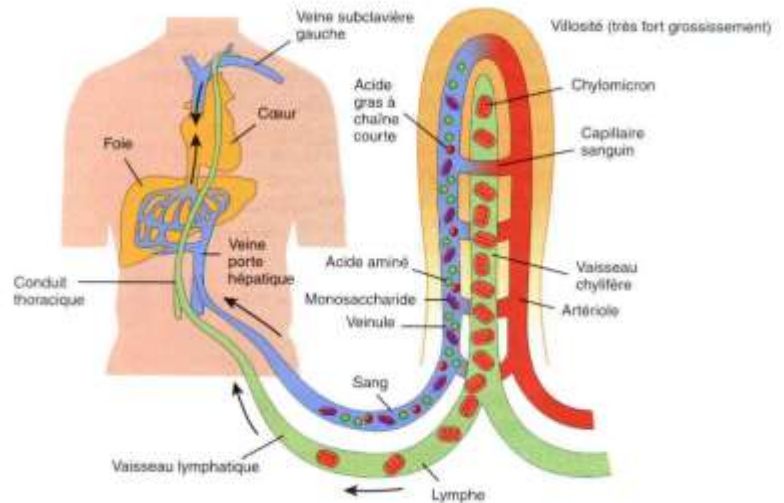
Concernant la transformation des liquides, si cette fonction de la Rate est normale, la transformation et le mouvement (le transport) des liquides sont également normaux. Ils vont pouvoir nourrir et humidifier tous les tissus de l'organisme par la voie des liquides

De plus, la Rate véhicule les liquides inutilisés par les organes ou les tissus vers le Rein où ils sont transformés en urines puis dirigés vers la Vessie pour être excrétés grâce au Qi du Rein, par la peau pour la transpiration ou encore par les Poumons par la respiration.

Si cette fonction est perturbée, les liquides ne sont pas transformés et transportés correctement, ils peuvent alors s'accumuler et entraîner l'apparition d'Humidité, de Glaires ou d'œdèmes. C'est pourquoi il faut **toujours traiter la Rate en cas d'Humidité, de Glaires ou d'œdèmes**. De plus, la Rate est aussi facilement envahie. Comme elle abrite la Pensée qui est l'Humidité externe, ceci altère alors sa fonction de transformation et de transport. En liaison avec la transformation de la nourriture et la digestion, on dit que la Rate "aime la sécheresse", ce qui revient à dire que l'activité de transformation et de transport de la Rate peut être facilement perturbée par une consommation excessive de **boissons froides ou glacées** (si fréquente dans bon nombre de pays occidentaux). Par contre, **l'Estomac "aime l'Humidité"**, c'est-à-dire la nourriture qui est humide et n'assèche pas.

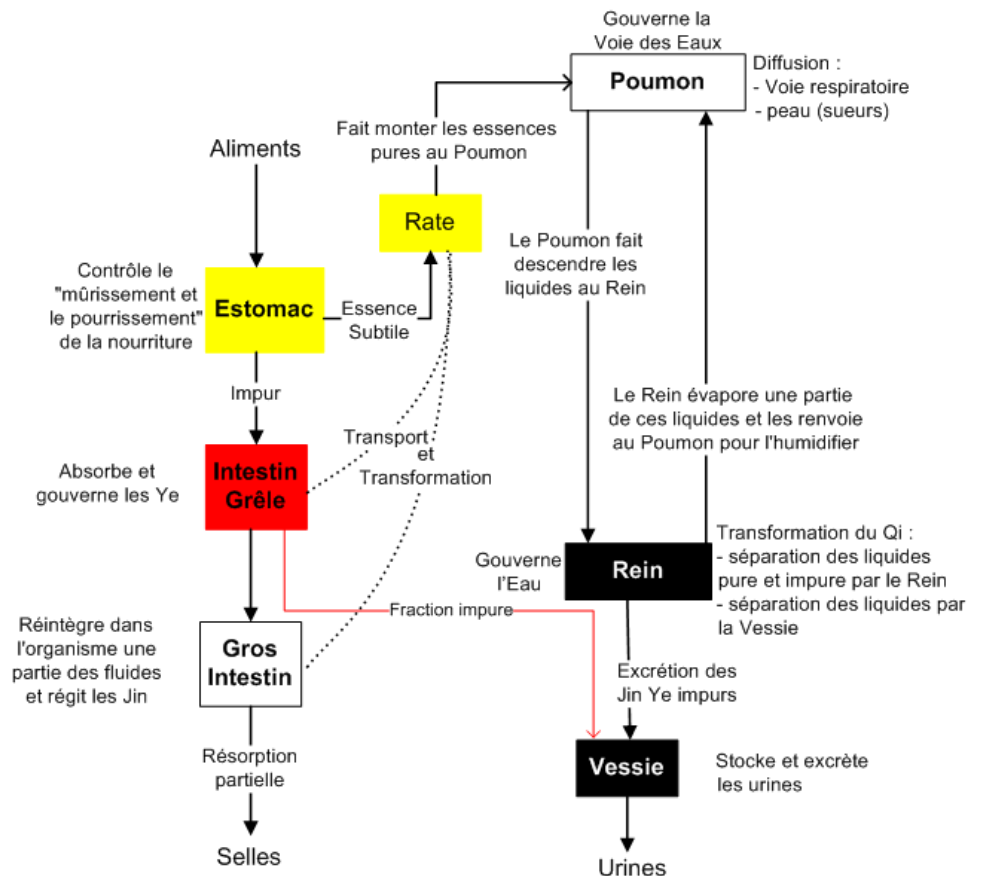
1.1.3. La Rate régit la montée du Pur

Comme nous l'avons vu, la Rate a pour fonction de faire monter le pur qui correspond aux Jing Wei, au nutriments issus de la digestion des aliments (eaux et aliments) et de l'absorption de ces nutriments. En effet, une fois que ces Jing Wei ont passé la barrière intestinale et ont été transformés en Jing Qi, Sang, liquides organiques et Wei Qi, c'est la Rate qui est chargé de les faire monter en direction du Poumon. En physiologie occidentale, une fois digéré les nutriments passent par le Foie pour un premier tri pour être dirigé vers le Poumon pour se charger en Oxygène et obtenir ainsi un sang chargé de nutriment et d'oxygène, pour être ensuite distribué dans tout le corps par la circulation générale. Il y a tout de même une alimentation de la tête qui est privilégiée le reste est distribué.



Si la Rate qui fait office de pompe a un Qi insuffisant, il n'y aura pas alimentation correcte de la tête et l'on observera des signes comme vertiges, éblouissements, fatigue oculaire, maux de tête, acouphènes, etc.

Le corps est parcouru de mouvements énergétiques qui s'équilibrent et quand la Rate fait monter le pur, l'Estomac lui, fait descendre l'impur, le trouble, c'est-à-dire les déchets. La Rate et l'Estomac qui sont en lien Biao-Li maintiennent l'équilibre pour les Viscères du corps. Cette force maintien donc les Viscères à leur place et donc si la Rate est en situation de vide il peut y avoir apparition de Ptoses diverses (anale, gastrique, utérine, rénale).



Montée du Pur vers les Poumons
Rôle de la Rate



Descente de l'impur vers le bas
Rôle de l'Estomac



1.1.3. La Rate régit la production du sang et le transport

Les Comme nous l'avons vu, la Rate aidée en cela par l'Estomac, l'Intestin Grêle, le Gros Intestin et même le Foie, ont un rôle essentiel dans la constitution de la vitalité de l'individu en produisant du Qi et du Sang. La Rate a en plus le rôle de faire monter le sang vers le haut pour l'amener au Poumon pour oxygénation.

Une déficience de Rate entrainera donc une déficience dans la production du sang et des signes comme éblouissement, vertige, pâleur du visage de la langue, des lèvres, des ongles, sécheresse de la peau, etc.

Une des fonctions de la Rate qui en découle est que « **la Rate contrôle les muscles et les quatre membres** ».

En effet, comme la Rate a pour fonction de créer le sang, le Ying Qi qui est très nutritif et de les faire partir vers les Poumon pour oxygénation, si le Qi de la Rate ne fonctionne pas, les muscles ne seront pas bien nourris, il y aura manque de force, fatigue, faiblesse des membres, atrophie musculaire. Il faut bien comprendre que lorsque quelqu'un se plaint de fatigue, il y a souvent la Rate qui est responsable.

1.1.4. La Rate régit l'homéostasie

Ce que l'on entend par la Rate régit l'homéostasie c'est que la Rate a pour fonction de maintenir le sang dans les vaisseaux. Si le Qi de la Rate n'est pas suffisant, il peut y avoir des hémorragies, des extravasations de sang comme métrorragie, hémoptysie, pétéchies.

1.1.5. La Rate abrite la pensée

La Rate abrite le « Yi », qui veut dire pensée. Le Yi est donc une énergie qui permet l'activité mentale, la pensée complexe, la réflexion, la mémorisation, l'attention, la concentration, etc.

Une personne qui est capable de se concentrer, de se poser pour réfléchir, qui a une pensée claire lorsque le Qi de la Rate sera correct. Et si le Qi de la Rate est déficient, nous observerons des difficultés de concentration, de mémorisation, etc.

Il faut noter qu'un trop grand travail intellectuel, une concentration prolongée peut laisser le Qi de la Rate et entrainer de la confusion mentale. Retrouver une pensée c'est laisser est possible en reposant sont esprit et réduire son activité mentale. C'est le propre de la méditation.

Comme nous le verrons lorsque nous étudierons le Cœur, celui-ci a une influence sur l'esprit qui crée le Yi donc pour tout ce qui a trait à la pensée il faut aussi se soucier du Cœur et pas uniquement de la Rate.

Résumé des fonctions de la Rate

- La Rate contrôle la transformation des aliments et le transport des nutriments et des liquides
- La Rate aide le système gastro-intestinal dans sa fonction de digestion et d'absorption des Jing Wei
- La Rate aide l'IG à choisir le pur et l'impur pendant la transformation des aliments,
- La Rate va pousser, transporter tout ce qui passe par la muqueuse intestinale à l'intérieur du corps à savoir le Jing Qi, le Wei Qi, le Sang et les Liquides organismes dans tout l'organisme,
- La Rate transformer l'eau des boissons et des céréales et les transportés dans l'organisme pour nourrir tout le corps mais aussi pour l'épurer en dirigeant les liquides inutiles et usagés vers le Rein, la Peau et les Poumons
- La Rate régit la montée du pur
- La Rate régit la production du sang et le transport
- La Rate régit l'homéostasie
- La Rate contrôle les muscles et les quatre membres.

1.2. Les relations de la Rate

- La Rate fait partie de **l'élément Terre de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés à la Rate :
 - o Il est en relation avec le centre du corps,
 - o Il est en relation avec la digestion,
 - o La saison est la fin de l'été ou les intersaisons,
 - o Le facteur climatique associé est la sécheresse,
 - o L'ouverture de la Rate se fait à la bouche et le surplus d Qi se manifeste aux lèvres
 - o Il est en relation avec les muscles,
 - o La couleur est le jaune,
 - o La saveur est le Doux, le sucré étant la saveur pathologique de la Terre
 - o L'émotion est la réflexion, les soucis, la pensée,
 - o La plénitude énergétique de la Rate dans la circulation énergétique est : 9h-11h,
 - o Le pouls de la Rate est au poignet droit, côté barrière, en profondeur,
 - o Sa zone de projection sur la langue est sur le centre de la langue avec l'Estomac.

III LE COEUR - XIN

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU COEUR EN MTC

Le Cœur est considéré comme le **viscère le plus important**. On dit que c'est le "**monarque**", le "**maître**" de tous les autres viscères. Le Poumon est quant à lui le premier ministre.

Du point de vue anatomique, il s'agit du même organe que le cœur en médecine occidentale. Il y a cependant une différence avec la MTC car le cœur n'est pas seulement considéré comme une pompe, il s'agit d'un organe qui a pour fonction de gouverner le Sang et les vaisseaux sanguins et d'abriter l'Esprit. Il aura donc une forte responsabilité sur la sphère mentale et émotionnelle.



1.1 Les fonctions du COEUR

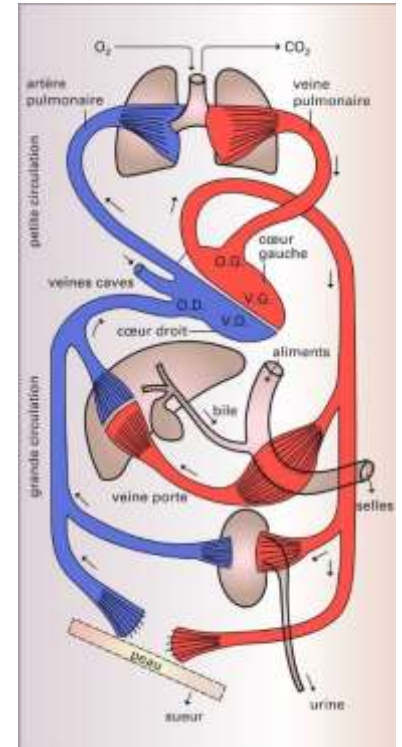
1.1.1. Le régit le sang et les vaisseaux

Comme en science occidentale, le cœur fait aussi office de pompe. Il gouverne le sang dans le sens où il est **responsable de la propulsion du sang** dans la circulation sanguine. Pour rappel, le sang veineux en bleue chargé en CO₂ arrive au cœur pour être envoyé au poumon pour se vider du CO₂ et se charger en oxygène et revenir ensuite au cœur. C'est ce que l'on nomme **la petite circulation**. Ensuite, ce sang rouge artériel chargé en oxygène va se diriger dans **la grande circulation** en sortant par l'aorte et des branches qui montent au cerveau et qui descend pour irriguer tout le reste du corps, tous les organes. Une fois que chaque organe a utilisé l'oxygène, ce sang remonte par les veines pour revenir au cœur et finir la boucle. En effet, on dit que le sang circule en circuit fermé.

Le Cœur en médecine chinoise n'est pas uniquement responsable du sang et de sa circulation mais également du contenant c'est-à-dire la santé des **vaisseaux sanguins**. Le Cœur est donc responsable du système cardio-vasculaire. Il est aidé par le Qi du Poumon dans sa fonction de circulation car une fois le sang chargé en oxygène c'est le Cœur qui se sert en premier.

Même si le Cœur est responsable de la circulation du Sang et des Vaisseaux sanguins, il faut noter que cette circulation est également sous la dépendance de l'abondance de sang dans les vaisseaux.

Comme nous l'avons vu dans le cours sur les 5 substances et notamment sur la substance sang, tous les organes qui participent à la physiologie du sang auront une influence sur le Cœur et le Sang. C'est le cas de la Rate et de l'Estomac qui participent à la création du Sang et à son homéostasie, au Rein qui participe également à la création du sang, ou encore le Foie qui rend disponible le sang dans les Vaisseaux.



La circulation du sang est bonne si :

- Le Qi du Cœur est abondant,
- Le sang du Cœur est abondant,
- Si l'organe cœur et les vaisseaux sont dans un bon état.

Le pouls nous donnera donc des indications sur le volume de sang, la santé du Cœur et des vaisseaux.

1.1.2. Le Cœur gouverne le Shen

Le mot Shen signifie « **l'ensemble des activités mentales et émotionnelles** ». Le Shen fait partie des 3 trésors en médecine chinoise au même titre que le Qi et le Sang. Un Shen harmonieux se manifeste donc en médecine chinoise dans la cohérence du fonctionnement du corps humain, de l'équilibre de l'ensemble des Viscères du corps, par la présence de vitalité et par une harmonie de l'ensemble des activités mentales et émotionnelles.

Le Shen dirige en quelque sorte toutes les activités de l'organisme. Fonction que nous affectons au système nerveux et endocrinien en médecine occidentale. La fonction du cœur est de recevoir les informations provenant de l'extérieur, traiter l'information et permet l'adaptation de l'organisme, de contrôler l'homéostasie fait qu'il est nommé Empereur. Bien sûr la médecine chinoise connaît l'existence du cerveau, et le considère comme une Entrailles particulière, mais le Cœur est très important dans cette vision MTC car c'est lui qui va permettre l'irrigation du cerveau en sang et donc permettre un bon fonctionnement du cerveau.

Une spécificité de la MTC est qu'elle considère le Cœur comme **pièce centrale de la gestion des émotions**. En effet, comme nous l'avons vu dans la théorie des 5 éléments, chaque organe est associé à une émotion. Le Cœur est, quelque soit l'émotion ressentie, perturbé par cette émotion. Notre rythme cardiaque est modifié pour n'importe quelle émotion ressentie (colère, peur, joie (qui est son émotion), tristesse, réflexion). Et lorsqu'une émotion est trop forte, pas assez

ressentie ou pas de saison (*voir cours de la théorie des 5 éléments*) le Cœur va transmettre la gestion de cette émotion à l'organe responsable de cette émotion. C'est pour cela que l'on dit que **le Cœur dirige les 7 passions**.

Par exemple :

Lorsque nous vivons un événement qui nous rend triste ou si nous sommes triste sur une longue période, le Cœur est perturbé mais comme cette émotion tristesse est sous le contrôle du Poumon, il va la lui transmettre.

Cette émotion de tristesse intense, va se diriger vers le Poumon et l'affaiblir. Elle va affaiblir la circulation énergétique dans le Système-Méridien Poumon. Nous allons nous recroqueviller, nous replier sur nous-même, avoir le méridien du Poumon qui circule sur la partie interne des bras se refermer, nous aurons les bras rapprochés du corps, la poitrine fermée, la tête baissée, etc. Cela entraînera des difficultés à respirer, de l'oppression thoracique, le souffle court.



Pour rappel, une émotion n'a pas forcément que des conséquences négatives. Pour rester sur la tristesse, il s'agit d'une émotion nécessaire en fin d'été pour que nous puissions faire le deuil de l'été, arrêter d'être trop actif pour pouvoir nous consacrer à une période de repos et d'introspection avec de retrouver une période active comme l'été.

Le Shen dirigé par le Cœur, prendra un nom différent en fonction de l'organe sur lequel il sera dirigé :

- Pour le Cœur on parle donc de Shen (esprit), et les émotions associées sont la joie et la frayeur (bref),
- Pour le Poumon on parle de Po (Ame corporelle) et l'émotion associée est la tristesse
- Pour le Foie on parle de Hun (Ame éthérée) et l'émotion associée est la colère
- Pour la Rate on parle de Yi (pensée) et l'émotion associée est la réflexion, la pensée,
- Pour le Rein on parle de Zhi (volonté) et les émotions associées sont l'effroi (bref ou prolongé) et la peur (bref ou prolongé).

Cette association des organes avec des émotions correspond à une vision particulière du fonctionnement du corps humain en MTC. Le corps et les émotions ne font qu'un et on retrouve là le principe de somatisation qui correspond au fait qu'une émotion peut se manifester à un endroit particulier du corps pour créer un déséquilibre ou un retour à l'équilibre puisqu'une émotion peut être bénéfique ou néfaste (notion de Yin et de Yang). On retrouve cela dans la notion d'effet placebo et nocébo. Effet qui peut être bénéfique sur le corps (placebo) ou néfaste pour le corps (nocébo).

Tout ceci implique que l'état énergétique du Cœur et l'état du sang du Cœur exerceront une influence notamment sur le Shen et sur l'activité mentale émotionnelle, la communication de l'individu est positive. Donc si le Cœur est en harmonie, il y aura un mental, un esprit normal et stable, une conscience claire, une sensibilité aux informations extérieures normale.

En revanche, si le Cœur est perturbé pourra apparaître des signes comme insomnies, agitation mentale, délire, abattement, mauvaise mémoire, palpitation, dépression, anxiété, etc.

Résumé des fonctions du Cœur

- Le Cœur contrôle le sang et les vaisseaux sanguins,
- Le Cœur propulse le sang dans les vaisseaux
- Le Cœur est le lieu de résidence du Shen

Pour rappel :

- Le Sang est le support du Shen
- Le Shen est l'ensemble des activités mentales et émotionnelles,

1.2. Les relations du Cœur

- Le Cœur est un organe Yin qui est associé à l'Intestin Grêle qui lui est Yang
- Le Cœur fait partie de **l'élément Feu de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés au Cœur :
 - o Il est en relation avec le système cardio-vasculaire,
 - o L'ouverture du Cœur se fait au niveau de la langue, et en lien avec la parole, la communication, le rire
 - o La saison est l'été
 - o Le liquide du Cœur est la sueur
 - o Le facteur climatique associé est le feu,
 - o L'énergie du Cœur se reflète au niveau du visage,
 - o La couleur est le rouge
 - o La saveur est l'amer
 - o L'émotion est la joie, le bonheur
 - o La plénitude énergétique du Cœur dans la circulation énergétique est : 11h-13h,

- Le pouls du Cœur est au poignet gauche, côté pouce en profondeur,
- Sa zone de projection sur la langue est sur le bout de la langue ou il est entouré par le Poumon.

IV LE FOIE - GAN

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU FOIE EN MTC

Le Foie est un des organes les plus gros du corps humain et un organe important puisqu'il a de nombreuses fonctions comme celles de stocker le sang et assurer la libre circulation du Qi. Le Foie est comparé à un général d'armée puisque c'est lui qui va mettre à disposition ses ressources en Qi aux différentes fonctions du corps pour qu'elles puissent se faire dans de bonnes conditions. Il participe également à la protection de l'organisme, à l'élimination de nos déchets, à la bonne gestion des cycles chez la femme, etc.

On dit que le Foie avec la Vésicule Biliaire sont en charge du courage, de l'esprit de décision, des phases de transformation, de transition.

La comparaison avec le général des armées signifie que le Foie va choisir de la stratégie à suivre.

Attaque, défense, protection, gestion des hommes, gestion de la logistique, etc. Il est en quelque sorte responsable du choix de l'affectation du Qi dans le corps humain et pour cela il va appliquer des clés de répartition. Ces clés détermineront qui recevra du Qi et en quelles quantités. Ce qui peut assurer le bon fonctionnement du corps quand tout est bien équilibré mais qui peut engendrer des conflits, des perturbations, des manques, des excès si cette fonction d'organisation, de stratégie n'est pas bien assurée.

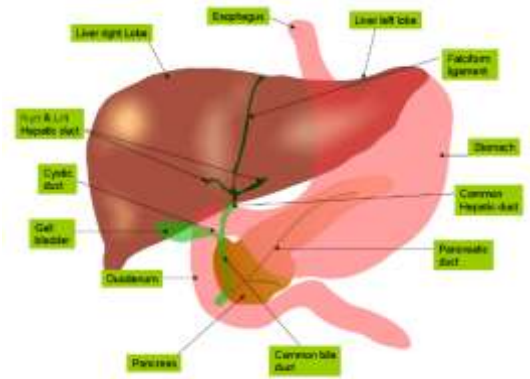


1.1 Les fonctions du Foie

1.1.1. Le Foie a en charge le stockage du sang

Le Foie est l'organe le plus important dans la fonction de stockage du sang. Il s'agit d'un organe qui est rempli physiquement de sang. Il s'agit d'une vraie usine de traitement de l'énergie du corps, des déchets, du recyclage, etc. Mais que veut dire au juste stockage du sang ?

- Lorsque nous sommes **très actifs en journée**, nos vaisseaux sanguins sont remplis de sang et dilatés (vasodilatation), le Cœur augmente son rythme de pulsation et l'intensité de contraction pour pouvoir apporter des nutriments et de l'oxygène aux muscles, aux organes qui sont en pleine activité. A ce moment-là, le Foie met dans le circuit du sang qu'il avait en stock pour pouvoir remplir les vaisseaux dilatés.
- Lorsque nous sommes **au repos**, tous ces muscles et ces organes vont avoir des besoins en nutriment et en oxygène moins importants. Les vaisseaux sanguins seront contractés (vasoconstriction), le cœur réduira son rythme de pulsation et l'intensité de contraction. A ce moment-là, le Foie ramènera le sang en excès dans les vaisseaux pour le stocker en son sein.



On peut donc parler de respiration sanguine du Foie. Le sang sort et rentre dans le Foie en alternance.

Concrètement, chaque fois qu'un organe ou des tissus sont actifs et qu'ils ont des besoins énergétiques, le Foie leur met à disposition du sang avec l'aide du Cœur. La fonction de stockage appartient au Foie, mais la fonction de régulation appartient donc aussi au Cœur.

Si le Foie fonctionne bien, l'énergie est bien répartie dans le corps à chaque instant, à chaque variation, à chaque perturbation et la vitalité se manifeste.

Si le Foie est perturbé, le stockage et la régulation sont perturbés ce qui peut faire apparaître des perturbations associées au sang telles que contractures des tendons et des muscles, engourdissement des membres, vision trouble, yeux secs, aménorrhées, etc.

Fonction de stockage du sang et physiologie de la femme

Au niveau des menstruations, si le Foie stocke le Sang normalement, les menstruations sont normales. Si le **Sang du Foie est insuffisant**, l'**aménorrhée** ou l'**oligoménorrhée** apparaissent. Si le **Sang du Foie** est trop important ou affecté par la **Chaleur**, on peut voir apparaître des **ménorragies** ou des **métrorragies**.

Ainsi, cette fonction de stockage est donc d'une grande importance pour la physiologie féminine et de nombreux problèmes gynécologiques sont dus à un **dysfonctionnement du Qi ou du Sang du Foie**. Si le Qi du Foie est bloqué, cela peut entraîner une stagnation du Sang du Foie avec **tension prémenstruelle**, **règles douloureuses**, et **caillots noirs** dans le sang menstruel. Le stockage du Sang par le Foie a également des **répercussions sur le Ren Mai** (Vaisseau Concepteur) et le **Chong Mai**, car ces deux **Vaisseaux Extraordinaires sont très intimement liés à l'utérus**. Tout dysfonctionnement du Foie induit un déséquilibre de ces deux Vaisseaux et affecte les menstruations.

1.1.2. Le Foie participe à l'homéostasie du sang

Nous avons vu que la Rate participe à l'homéostasie en maintenant le sang dans les vaisseaux et que s'il y a défaillance de la Rate, il pouvait y avoir perte de sang (hémorragie, métrorragie, épistaxis, etc.). Nous venons de voir que le Foie peut fournir du sang aux différentes parties du corps et qu'il peut le faire rentrer en son sein. Ce qui fait que le Foie participe donc avec la Rate à l'homéostasie du sang. Il a une action plutôt hémostatique, dans le sens où c'est lui qui est responsable de la coagulation du sang en cas d'hémorragie. On dit que le Qi du Foie, favorise la coagulation.

1.1.3. Le Foie dirige la circulation du Qi et sa distribution (son drainage dans tout le corps)

La fonction de circulation et de distribution du Qi est la plus importante. On peut aussi l'appeler « drainage-évacuation » (Shu-Xie) avec Shu qui signifie : bien circuler et Xie : distribuer, diffuser.

La perturbation de la fonction de circulation et de distribution est la plus répandue dans le tableau pathologique du Foie. Une faiblesse de cette fonction va souvent entraîner des stagnations du Qi dans le Foie ou ailleurs dans l'organisme. On dit que **le Qi de l'organisme circule avec l'aide du Foie**. Le Foie fait couler, libère, propage, relâche, fait circuler, régularise. Il permettra une circulation du Qi sans obstacle dans tout le corps, dans toutes les Viscères, dans tous les tissus, dans toutes les directions. Nous avons déjà vu que le Qi de chaque Viscère circule dans un sens particulier :

- Le Qi de l'Estomac descend,
- Le Qi du Poumon descend,
- Le Qi de la Rate monte,

Le Qi du Foie quant à lui a tendance à monter, aller vers l'extérieur et dans toutes les directions, ce qui correspond au mouvement du printemps dans la théorie des 5 éléments. Cela permet donc une diffusion générale du Qi sans obstacles et aura une influence à la fois sur la sphère mentale et émotionnelle (Shen), sur la sphère digestive et sur la vésicule biliaire et enfin sur le sang.

Si le Foie assure correctement cette fonction de distribution et circulation :

- **L'activité mentale et émotionnelle (Shen)** sera stable, l'esprit clair, apaisée, harmonieuse, le Cœur qui est la loge du Shen et qui contrôle le sang, ne souffrira pas. Le Cœur et le Foie travailleront en harmonie. En revanche, si le Qi du Foie est perturbé, on pourra observer des signes comme : frustration, colère refoulée, état dépressif, tristesse, repli sur soi, soupirs, éructation, insomnies, ou agitation,
- **L'activité de digestion et d'absorption des aliments** sera efficace. Le Foie permettra à la vésicule biliaire de participer à la digestion, distribuera le Qi à tous les organes de la digestion (Rate, Intestins, Estomac) quand ils en auront besoin.

Si le Qi du Foie stagne, il y aura perturbation du duo Rate/Estomac et donc du processus digestif.

- o Le Qi du Foie qui stagne peut envahir l'Estomac et empêcher la descente du Qi de l'Estomac, ce qui pourra entraîner des signes comme : digestion difficile, éructations, régurgitations acides, lourdeurs, ballonnements, nausées, perte d'appétit.
- o Le Qi du Foie qui stagne peut envahir la Rate peut troubler sa fonction de transformation et de transport de la nourriture, empêcher la montée du Qi de la Rate et provoquer des diarrhées, selles molles,
- o Le Qi du Foie qui stagne peut aussi empêcher l'écoulement de la bile par la vésicule biliaire avec des signes comme goût amer dans la bouche, éructations, jaunisse ou lithiases.
- **On aura une circulation harmonieuse du Sang grâce à une bonne circulation du Qi.** En effet, comme nous l'avons vu dans le chapitre sur les 5 substances le Qi et le Sang ont une relation privilégiée. Pour rappel, on dit que « *le Sang est la mère du Qi et le Qi contrôle le sang* ». S'il y a présence d'une légère stagnation du Qi du Foie, on trouvera des signes comme : distensions désagréables au thorax, aux hypochondres et aux seins
S'il y a présence d'une stagnation plus importante du Qi du Foie, on trouvera des signes comme : douleurs plus importantes et fixes (signe de stagnation du sang), des grosseurs dans les seins ou dans l'abdomen, des flux menstruels perturbé et douloureux,
- **On aura une circulation harmonieuse des liquides organique grâce à une bonne circulation du Qi.** En effet, comme nous l'avons vu dans le chapitre sur les 5 substances le Qi et les liquides organiques ont une relation privilégiée comme avec le Sang.
En présence de stagnation de Qi on observera des lourdeurs douloureuses dans les membres et des œdèmes.

Résumé des fonctions du Foie

- Le Foie est responsable du stockage du Sang,
- Le Foie participe à l'homéostasie du Sang avec la Rate,
- Le Foie régule le volume de sang dans la circulation,
- Le Foie dirige la circulation du Qi, sa distribution et son drainage. Il participe donc à la gestion :
 - o De l'activité mentale et émotionnelle,
 - o De la digestion,
 - o De la circulation du Qi, du sang et des Liquides organiques.

1.2. Les relations du Foie

- Le Foie est un organe Yin qui est associé à la Vésicule Biliaire qui elle est Yang
- Le Foie fait partie de **l'élément Bois de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés au Bois :
 - o Il est en relation avec les Tendons, qui en MTC est associé à tout ce qui permet de relier les articulations et les muscles : aponévroses, membranes, ligaments. Le sang du Foie humidifie et nourrit. Ces éléments sont donc importants pour tout ce qui est lié au mouvement du corps à l'activité physique.
 - o Il est en relation avec les muscles. En effet, si le sang du Foie est suffisant, les tendons, les muscles seront bien humidifiés et nourrit. En revanche s'il y a vide de sang du Foie on observera des contractions, des spasmes, des perturbations dans les mouvements, rigidité, manque de souplesse, faiblesse des membres, engourdissements,
 - o La vitalité du Foie se reflète sur les ongles. Ils seront solides et brillant si le Qi du Foie est correct. Les ongles sont considérés comme une extension des tendons en MTC
 - o L'ouverture du Foie se fait aux yeux et les sécrétions naturelles du Foie sont les larmes, le liquide lacrymal,
 - o La saison est le printemps,
 - o Le facteur climatique associé est le vent,
 - o La couleur est le vert
 - o La saveur est l'acide
 - o L'émotion est la tristesse la colère, la frustration, le ressentiment,
 - o La plénitude énergétique du Foie dans la circulation énergétique est : 1h-3h,
 - o Le pouls du Foie est au poignet gauche, à la position barrière en profondeur,
 - o Sa zone de projection sur la langue est sur les bords de la langue de chaque côté de la zone Rate/Estomac.

V LE REIN - SHEN

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU REIN EN MTC

Dans la représentation que l'on fait des Reins en MTC, on voit bien qu'il s'agit d'une représentation du point de vue anatomique des mêmes reins que pour la médecine occidentale à savoir le rein gauche et le rein droit de part et d'autre de la colonne vertébrale.

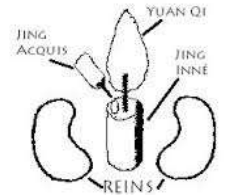
Nous verrons cependant que du point de vue physiologique, les fonctions des Reins en médecine chinoise est un peu plus étendu qu'en médecine occidentale, et que ceux-ci seront en lien avec la vitalité générale de l'organisme, du processus de croissance, de développement et de sénescence du corps humain, de l'hérédité. Nous préciserons également de la notion Jing (essence), de Hara (en Japonais) ou Dan Tian (en chinoise).



1.1 Les fonctions du Rein

1.1.1. Le Rein Stocke le Jing

Les Reins en Médecine Traditionnelle Chinoise sont le **siège du Jing innée** (Ciel Postérieur). On considère ce **Jing innée** (prénatal) comme issue du Jing des deux parents (Jing du spermatozoïde et Jing de l'ovaire) et donc le patrimoine génétique. Ce Jing inné va se transformer en Jing rénal (Essence), qui deviendra le Qi Rénal et qui sera distribué dans tout le corps par le San Jiao et que l'on nommera Yuan Qi. Ce Yuan Qi va être distribué dans toutes les Viscères en apportant à la fois du Yin Qi et du Yang Qi. Ce qui veut dire que le le Yin et le Yang de chaque Viscère (Organe/Entrailles) prend sa source dans les Reins.



- Le **Yin du rein** est la source de toutes les énergies Yin du corps, en particulier celles du **Foie, du Cœur et du Poumon**,
- Le Yang du Rein, comme la source de toutes les énergies **Yang** du corps, en particulier celles de **la Rate, du Poumon et du Cœur**.

Pour chaque Viscère :

- Zong Qi, Wei Qi, Ying Qi fournissent la matière
- Yin Qi et Yang Qi des Reins régule le métabolisme.

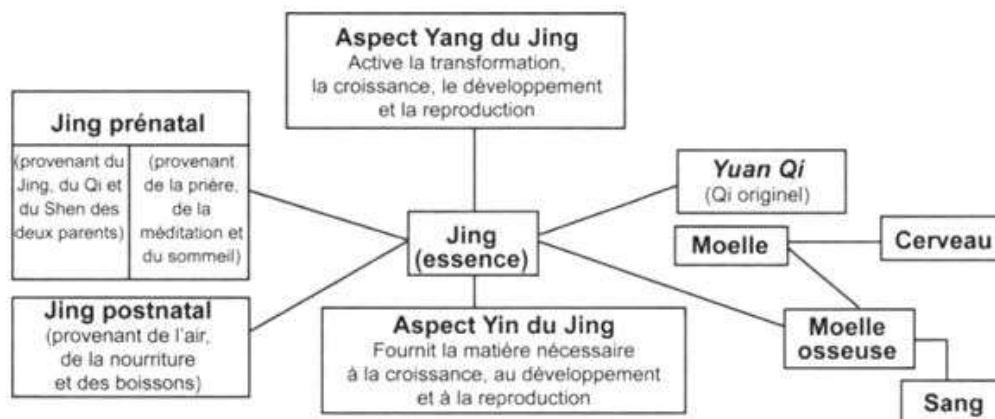
Jing du spermatozoïde + Jing de l'ovule = Jing innée (prénatal) de l'individu

Jing de l'air + Jing des Aliments = Jing Acquis (postnatal)

Jing Inné (prénatal) + Jing Acquis (postnatal) = Jing des Reins (essence)

Jing des Reins se transforme en Qi des Reins (Shen Qi) et Yuan Qi sera distribué

Yuan Qi = > Yin Qi + Yang Qi de chaque Viscère

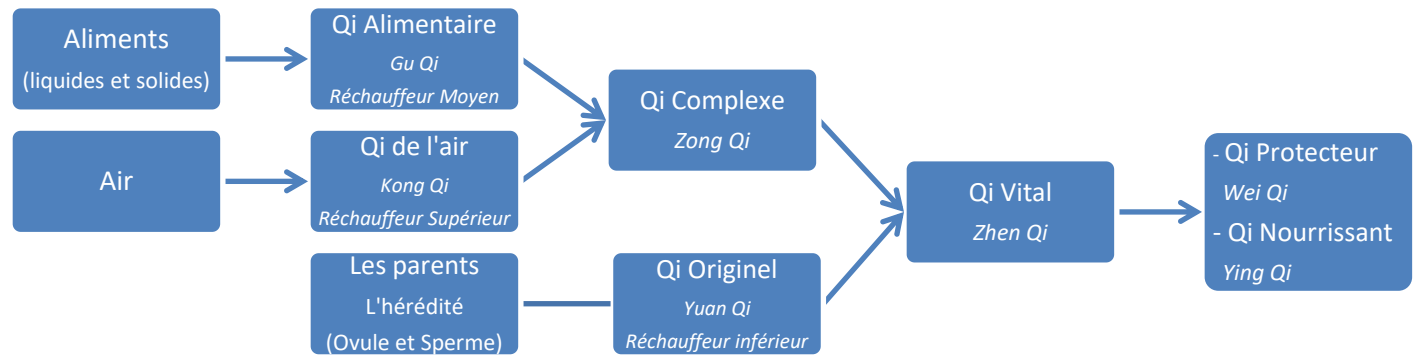


Les fonctions de ce Yuan Qi seront de :

- Promouvoir la croissance, le développement et la reproduction
- Régulariser le métabolisme de l'organisme. Il apporte le yin et le yang aux organes/entrailles.
- Il participe à l'effort immunitaire

Pour rappel :

On peut résumer la création du Qi de l'humain avec le schéma ci-dessous :



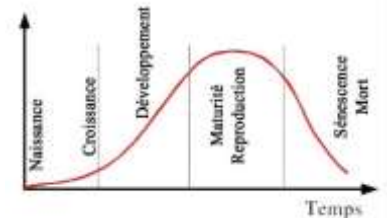
Focus sur l'évolution du Jing tout au long de la vie

Un être vivant est un organisme **doté de vie**, ce qui signifie qu'il **naît, se développe et finit par mourir**. Les animaux, les plantes, les champignons, les bactéries sont des exemples d'êtres vivants.

Pour être considéré comme un être vivant, l'animal ou le végétal en question **doit être capable de : respirer, se nourrir, produire des déchets, et se reproduire**. Pour survivre, les êtres vivants sont **capables de se reproduire et de s'adapter à leur environnement**.

Toute vie peut être divisée en quatre étapes :

- *Naissance,*
- *Croissance, développement,*
- *Maturité, Reproduction,*
- *Vieillesse, sénescence et mort.*



La **Naissance et la Croissance** sont des **phases montantes**, où la force de la vie est vigoureuse.

La **vieillesse** est une phase où la **dégénérescence** s'accélère jusqu'à son issue inéluctable, la mort. De ces 4 étapes, la plus longue et la plus prospère est la Maturité, c'est à dire la stabilité atteinte à l'âge adulte.

Pour ce qui est de l'être humain, après la fécondation (assemblage du Jing maternel et paternel qui va constituer le Jing innée ou prénatal, vient le développement de l'embryon et du fœtus. Ce développement commence in utero grâce à l'énergie de la mère. A la naissance, le bébé va prendre ses premières respirations et commencer à s'alimenter. Il acquiert donc du Jing des Aliments et du Jing de l'air, ce qui constitue le Jing acquis ou postnatal.

A ce stade, le Jing global de l'organisme qui est constitué de l'association du Jing Inné et du Jing acquis n'est pas mature. En quelque sorte le **Jing Acquis est la source énergétique qui va permettre l'expression du génome (Jing innée)**. Cette expression se fera sous la forme d'un phénotype (*le phénotype est le résultat observable de l'expression des gènes*) propre à chaque individu et que l'on nomme « constitution de l'individu ». Cela correspondra à la couleur de ses yeux, sa corpulence, sa nature, sa taille, son tempérament, etc.

Le Jing, la constitution, de chaque individu correspond à la collaboration du Jing innée et du Jing acquis.

Comme nous l'avons vu dans le schéma ci-dessus qui représente les différentes étapes de la vie. Le Jing immature du début de vie, va se développer pour atteindre une certaine maturité, permettre la reproduction et s'épuiser progressivement pour arriver à son épuisement qui se manifeste par la mort. Il s'agit de l'évolution naturelle du Jing pour chaque individu.

Il faut comprendre que c'est de la qualité et de la quantité de ce Jing, que dépend notre vitalité, notre santé et notre longévité. Ce Jing est donc précieux : par notre **comportement et notre mode de vie**, nous pouvons **la nourrir ou au contraire la disperser**. Elle est comme un **capital** dont nous sommes les dépositaires. Nous pouvons choisir de la dilapider rapidement ou au contraire le gérer de façon à le faire fructifier. En Médecine Chinoise, la discipline que l'on nomme « **Yang Sheng Fa** » est consacré à l'entretien et la préservation du Jing dans une optique de prévention de la santé et de longévité. Notre santé et notre longévité sont conditionnées par trois éléments :

- **L'hérédité** : nous ne pouvons pas la changer ; elle dépend des générations qui nous ont précédés et plus particulièrement de la dernière, celle qui nous a donné la vie. C'est le Jing innée.
- **L'environnement** : que ce soit le climat dans lequel nous évoluons, les pollutions auxquelles nous sommes exposés, les virus, etc. vont avoir un impact sur notre vitalité

- Notre mode de vie et notre comportement : ces deux facteurs dépendent directement de nous puisqu'il s'agit de nos habitudes quotidiennes, des influences culturelles, religieuses, de notre alimentation, etc.

Pour augmenter notre vitalité, éviter la maladie et vieillir bien et vieux, le Yang Sheng Fa met l'accent sur 7 piliers de la prévention de la santé que sont :

- Avoir une bonne alimentation,
- Avoir une bonne respiration,
- Savoir équilibrer les moments de repos et d'activité,
- Savoir respecter les cycles des saisons,
- Savoir maîtriser son esprit,
- Bouger régulièrement son corps,
- Maintenir un bon lien social,

Nous comprenons que comme tout organisme vivant, nous allons nous développer, arriver à maturité, nous reproduire pour assurer la survie de l'espèce (si nous le souhaitons) et mourir. Comme nous l'avons vu, le Rein est la loge du Jing, de notre vitalité. En reprenant, le tableau des 5 éléments nous voyons que le Rein est associé à l'hiver, aux dents, aux os, aux moelles, à la sexualité, à l'audition, aux cheveux. C'est donc au niveau de ces éléments associés que nous allons pouvoir distinguer la qualité et la quantité de Jing que les Reins contiennent. Voir tableau ci-dessous.

Tableau de comparaison des différents niveaux de Jing selon l'âge

Enfance, adolescence	Adulte	Personnes âgées
Le Jing n'est pas encore mature	Le Jing est mature	Le Jing s'épuise
Pas encore de dents, elles poussent	Dentition normale	Perte des dents
Audition se développe	Audition normale	Perte de l'audition
Immaturité sexuelle et développement des organes génitaux à l'adolescence	Maturité sexuelle, possibilité de reproduction	Perte de fertilité chez la femme, Diminution de la libido
Développement du squelette osseux	Squelette osseux développé	Diminution de la densité osseuse, avec fragilité osseuse
Système urinaire en cours de maturation, apprentissage du contrôle de la miction	Système urinaire mature	Possibilité d'apparition d'incontinence urinaire
Développement de la pensée, du fonctionnement du Shen, apprentissage, instabilité émotionnelle	Maturité mentale et émotionnelle	Perte de mémoire, démence,
Fragilité immunitaire	Maturité du système immunitaire	Fragilité immunitaire

Le Jing et la maturité sexuelle

Pendant la croissance et le développement, le Jing se remplit et atteint un certain niveau, à partir de l'adolescence, ce Jing est suffisant pour pouvoir promouvoir la maturité du système génital. Le Rein est en liaison avec l'utérus par l'intermédiaire du Ren Mai et du Chong Mai. Chez les filles, ce niveau suffisant du Jing est atteint vers l'âge de 12 à 14 ans. Chez le garçon, c'est plutôt entre 14 et 16 ans. En médecine chinoise, on considère que la plénitude du système reproducteur se situe entre 20 et 30 ans.

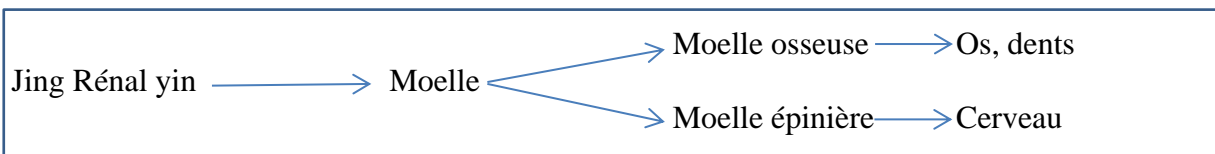
Au fur et à mesure vers l'âge de 50 ans, le Jing Qi baisse à un certain niveau qui va entraîner la ménopause chez la femme avec perte des cycles et l'andropause chez l'homme avec une réduction de la production de testostérone.

Le Jing, le sang et les Moelles

Comme nous venons de le voir, le Rein correspond à la loge du Jing, il le stocke.

Le Rein est responsable de la production des moelles par l'intermédiaire de ce Jing Stocké.

Les Moelles (cerveau qui est la mer des moelles et la moelle osseuse) vont **participer à la production du sang**. "Moelle" ne correspond pas ici au terme de moelle osseuse de la médecine occidentale. La "**Moelle**", en médecine **chinoise**, est une substance qui est la **matrice commune aux os, à la moelle osseuse, au cerveau et à la moelle épinière**. Ainsi, l'Essence du Rein produit la Moelle, qui engendre la moelle épinière et qui "remplit" le cerveau. C'est ce qui explique qu'en médecine chinoise, **le cerveau entretient une relation physiologique avec le Rein**. Si l'Essence du Rein est forte, elle nourrit correctement le **cerveau, et la mémoire, la concentration, la pensée et la vue sont bonnes**. La médecine chinoise prétend que "*le Rein est la source du talent et de l'intelligence*". Si l'Essence ne nourrit pas correctement le cerveau, la mémoire, la concentration et la vue sont mauvaises, la pensée est lente, et la personne peut se plaindre d'étourdissements. **Le cerveau et la moelle épinière sont également appelés "Mer de la Moelle"**.



En cas de fragilité du Jing il peut apparaître : troubles de la croissance et du développement, vieillissement prématuré, diminution de l'énergie sexuelle, stérilité, troubles de la production du sang, déficit immunitaire, douleurs lombaires, acouphènes, etc.

La Notion de Hara ou Dan Tian

Le **Hara**, centre du corps humain en Japonais, aussi appelé aussi **Dan Tian inférieur** en Médecine Chinoise occupe une place unique dans les massages énergétiques, le Do-In, le Shiatsu et dans les arts martiaux. Il s'agit du **centre de gravité** du corps humain. Cette zone située entre les reins, à trois doigts sous le nombril, correspond à une **puissante réserve énergétique**. L'énergie de base qui réside au Dan Tian inférieur (énergie innée) se mélange avec l'énergie provenant de l'alimentation et de la respiration. Ce mélange donne yuan qi, l'énergie vitale. Cette zone est donc appelée «champs d'elixir, océan de l'énergie, mer du Qi, centre d'énergie». Ce Dan Tian stocke l'essence qui va se transformer en énergie Yin et énergie Yang, et nourrir le Shen (l'esprit). Au Japon, le Hara-kiri ou seppuku, était une forme de suicide par introduction d'un sabre court dans cette zone où se situe cette source d'énergie vitale pour se donner la mort.

Le fait que cette zone corresponde au centre de gravité et à une réserve d'énergie à une importance capitale dans l'initiation d'un mouvement. Que ce soit dans la pratique du massage, dans la pratique du Qi Gong, des arts martiaux, de la peinture, de la coupe de bois, de la marche, du tir à l'arc, du Do-In, etc. tout mouvement qui naît au Hara sera stable, sûr, ancré, efficace, rempli de vitalité et de concentration. La concentration sur le Hara permet donc l'efficacité et la stabilité. Lorsque nous sommes agités par nos émotions, par notre pensée, lorsque nous sommes hyperconnectés avec nos téléphones portables, lorsque nous recevons beaucoup trop d'informations extérieures (bruit, télévision, publicité, etc.), nous nous éloignons de notre centre, de notre moi intérieur, de notre Hara, nous devenons des êtres beaucoup trop céphalique et nous perdons notre ancrage, notre stabilité, notre sérénité, notre équilibre énergétique.

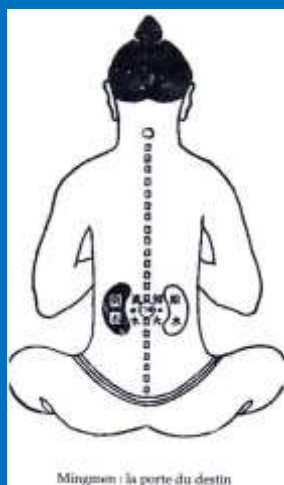
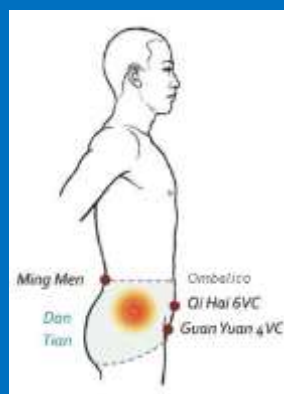
Du point de vue embryonnaire, c'est au niveau du Hara que nous avons été nourrit tout au long de notre vie intra-utérine par l'intermédiaire du cordon ombilical. C'est également à partir de cette zone que tout le fœtus se développe en créant la distinction entre ce qui est au-dessus, au-dessous ce qui est antérieur et ce qui est postérieur.

La qualité et la quantité d'énergie qui est contenu dans notre Hara (qui est interne, propre à chacun et à priori invisible), se manifestera à l'extérieur par nos mouvements, notre façon de parler, le contenu de nos paroles, notre façon d'interagir avec le monde, la qualité de notre peau, de nos cheveux, de notre énergie, nos émotions. Observer quelqu'un c'est apprendre à observer son Hara.

L'axe à cette mer d'énergie peut se faire par la partie antérieure du ventre mais également par un point que l'on nomme « **Ming Men** » qui signifie « porte de la vie » et qui se situe sur la zone postérieure du corps, sur la même ligne que l'ombilic et directement sur la colonne vertébrale entre la lombaire 2 et 3. Il est donc conseillé de se **frotter vigoureusement cette région** chaque matin pour débiter la journée en relançant cette énergie dont tout le corps va avoir besoin tout au long de la journée. Il est possible d'utiliser des huiles essentielles dynamisantes pour frotter cette zone comme l'huile essentielle d'épinette noire ou de pin sylvestre.

Le hara se nourrit, entre autres, de la puissance de nos reins, du souffle de la respiration, de notre enracinement sur terre et de notre attitude d'esprit. Une des meilleures manières d'augmenter la capacité énergétique d'une partie quelconque du corps est d'y porter attention, car la conscience est une forme d'énergie et en énergétique chinoise il est dit que « Là où va l'esprit, va l'énergie ». Il faut porter son attention sur le Hara par le biais de méditations spécifiques, souvent associées à des mouvements respiratoires.

Une des méthodes pour augmenter la puissance du Hara est de vivre autant que possible au niveau du sol. Un tapis épais, de nombreux coussins et des tables basses peuvent rendre votre environnement plus attractif. Vivre au sol améliore le sentiment d'appartenance à la terre et la souplesse. Adopter des positions avec les genoux débloqués. Cela signifie que nos récepteurs naturels de l'équilibre nous font prendre conscience de notre centre de gravité dans le Hara. Il est également important de relâcher l'abdomen pour le sentir se mobiliser doucement avec la respiration et ne pas rentrer le ventre.



1.1.2. Le Rein gouverne l'eau et les liquides

Comme nous l'avons vu dans la théorie des Cinq Eléments, le Rein est associé à l'Eau. Le Rein est la source inférieure de l'eau et le Poumon, la source supérieure. Il joue un rôle important dans le métabolisme des liquides en gouvernant la **transformation et le transport des Liquides Organiques** de plusieurs façons :

- **Le Rein est comme une vanne qui s'ouvre et se ferme afin de contrôler l'écoulement** des Liquides Organiques dans le **Réchauffeur Inférieur**. Dans des conditions physiologiques normales, il existe un **équilibre entre le Yin du Rein et le Yang du Rein**, et donc une bonne régulation de l'ouverture et de la fermeture de la "vanne". Les **mictions sont normales**, à la fois pour ce qui est du **volume et de la couleur**. Dans les cas pathologiques, il existe un déséquilibre entre le Yin du Rein et le Yang du Rein, ce qui entraîne un mauvais fonctionnement de l'ouverture et de la fermeture de la "vanne". Soit elle est trop ouverte (Vide de Yang du Rein) et les urines sont alors abondantes et claires, soit elle n'est pas assez ouverte (Vide de Yin du Rein) et les urines sont peu abondantes et foncées
- Le Rein appartient au **Réchauffeur Inférieur**, que l'on compare quelquefois à un "égout". Les viscères du Réchauffeur Inférieur sont plus particulièrement impliqués dans les **fonctions d'excrétion des Liquides Organiques impurs**. Le Rein a pour fonction **de fournir du Qi à la Vessie** pour qu'elle puisse stocker et évacuer l'urine.
- **L'Intestin Grêle et le Gros Intestin**, eux aussi situés dans le Réchauffeur Inférieur, jouent un rôle dans la **séparation des liquides en partie pure et partie impure**. Cette fonction de séparation des intestins est également **sous le contrôle du Rein et plus particulièrement du Yang du Rein**.
- **Le Rein reçoit les liquides du Poumon**. Parmi ceux-ci, **certains sont excrétés**, d'autres sont vaporisés et **retournent alors au Poumon pour l'humidifier**.
- La Rate joue un rôle très important dans la transformation et le transport des Liquides Organiques avec le soutien de l'Estomac, de l'Intestin Grêle et du Gros Intestin. C'est le **Yang du Rein qui fournit à la Rate la chaleur** nécessaire pour mener à bien cette fonction de **transformation et de transport des liquides**. Cette circulation des liquides se fait dans les San Jiao (les 3 réchauffeurs)

Poumon	Rate	Reins
Gère les liquides à la périphérie du corps Maintien libre la voie des San Jiao	Gère extrait les liquides de l'alimentation et les transportent vers le haut	Gère les liquides dans la partie profonde de l'organisme
Force motrice des liquides (Réchauffeur supérieur)	Force motrice des liquides (Réchauffeur moyen)	Force motrice des liquides (Réchauffeur inférieur)

Le Yang des Reins propulse les Liquides Organiques dans l'organisme. Si le Yang Rénal diminue, le métabolisme des liquides devient plus lent, la propulsion diminue, les liquides organiques s'arrêtent, et forment des œdèmes, il y aura moins d'urine.

Des œdèmes peuvent aussi être due à un vide de Qi du Poumon ou de la Rate puisqu'ils sont tous deux forces motrices des liquides au même titre que le Rein.

1.1.3. Le Rein réceptionne le Qi du Poumon

Comme nous l'avons vu dans le chapitre consacré aux fonctions du Poumon, une bonne respiration est sous la dépendance des poumons mais également des reins qui aident les Poumons à inspirer profondément. Le Poumon à la charge de l'expiration et le Rein quant à lui à la charge de la réception de l'inspiration. C'est par l'intermédiaire du maintien de l'équilibre des électrolytes dans le sang que le rein maintien des bonnes conditions pour les échanges gazeux au sein du poumon. Le Rein attire et maintien le Qi du Poumon pour assurer une respiration profonde.

En cas de perturbation de cette réception on trouve de la dyspnée, de l'asthme, de l'essoufflement, respiration superficielle, courte. Il faut donc stimuler à la fois le Rein et le Poumon pour régulariser la respiration

Résumé des fonctions du Rein

- Le Rein stocke le Jing,
 - o Contrôle la croissance, le développement, la maturité et le vieillissement du corps,
 - o Développe le Yuan Qi
 - o Contribue à la production du sang, produit les moelles pour remplir le cerveau
 - o Contrôle les os
- Le Rein gouverne l'eau et les liquides,
 - o Le Rein joue un rôle important dans le métabolisme des liquides organiques
 - o Le Rein propulse les liquides organiques
 - o Le Rein excrète les urines
- Le Rein gouverne la réception du Qi
 - o Le Rein accueille, attire vers lui le Qi du Poumon pour régulariser la respiration,
- Le Rein abrite la volonté

1.2 La notion de Ming Men

1.2. Les relations du Rein

- Le Rein est un organe Yin qui est associé à la Vessie qui elle est Yang
- Le Rein fait partie de **l'élément Eau de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés à l'eau :
 - o Le Rein est en lien avec les os et les dents. En MTC, le Rein est en lien avec le cycle de vie, la vitalité, la croissance et le développement. Que nous soyons en début de vie, en milieu de vie et en fin de vie, la vitalité, la quantité et la nature du Qi des Reins ne sera pas la même. Ce qui entrainera des signes particuliers pour chaque âge. Par exemple chute des dents avec l'avancée en âge due à la diminution du niveau de Qi des Reins.
 - o Le Rein gouverne les moelles : le rein a pour fonction de produire la **moelle des os**, qui va nourrir et entretenir les os. Le Rein produit donc la moelle des dents qui correspondent au prolongement des os. Ainsi, une bonne qualité des moelles produit des dents solides.
Lorsque l'on parle de moelle, on parle aussi **du cerveau** (appelé mer des moelles) en MTC (Voir chapitre des 5 substances). Le Rein et le cerveau ont une relation particulière. Le cerveau est aussi sous la dépendance de la Rate qui l'alimente en Qi. En cas de troubles cognitifs, il faut donc stimuler la Rate et les Reins.
 - o **Le liquide des Reins est la salive**. Nous avons vu avec la Rate que son liquide est également la salive, mais dans son cas, il s'agit de la salive avant et pendant la phase prandiale. Entre les repas c'est le Rein qui est responsable de la salive. Elle permet l'humidification et la protection de la cavité buccale.
 - o La vitalité des Reins se **reflète aux cheveux**. Les cheveux sont nourris par le sang donc si le sang est déficient, les cheveux seront secs et ternes. Si le Sang est normal, ils seront souples et brillants. Le vide de Jing et de Qi des Reins, contrôle aussi la couleur des cheveux. C'est donc avec l'apparition d'un vide des Reins, due par exemple à l'avancée en âge que les cheveux blanchissent.
 - o L'ouverture du Rein se fait aux oreilles sur la partie haute du corps et à l'anus, au méat urinaire et vagin pour la partie basse du corps
 - o La saison est l'hiver,
 - o Le facteur climatique associé est l'humidité,
 - o La couleur est le noir
 - o La saveur est le salé
 - o L'émotion est la peur,
 - o La plénitude énergétique du Rein dans la circulation énergétique est : 17h-19h,
 - o Le pouls du Rein est au poignet gauche, à la position pied en profondeur,
 - o Sa zone de projection sur la langue est sur l'arrière de la langue au centre.

VI LE MAÎTRE DU CŒUR – XIN BAO

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU MAÎTRE DU CŒUR EN MTC

Le Maître du Cœur est en **relation étroite avec le Cœur**. Traditionnellement, les fonctions du Maître du Cœur sont considérées comme celles d'une **protection externe du Cœur** contre les **attaques des facteurs pathogènes externes**.

Le Maître du Cœur est donc **d'importance secondaire** par rapport au Cœur et la plupart de ses **fonctions sont identiques à celles du Cœur**.

Selon la théorie des Viscères, les fonctions du Maître du Cœur sont plus ou moins semblables à celles du Cœur : **il gouverne le Sang et il abrite l'Esprit**. En fait, le **méridien du Maître du Cœur** a une puissante **influence sur l'état mental et émotionnel de l'individu**.



Du point de vue des méridiens, le méridien du Maître du Cœur est tout à fait distinct de celui du Cœur, sa sphère d'influence est bien spécifique et se situe surtout au **centre du thorax**. Le Classique de l'Empereur Jaune parle souvent du **Maître du Cœur comme "centre du thorax"**, d'où l'importance de **l'action, sur la poitrine, du point Neiguan, 6 MC**.

1.1. Les relations du Maître du Cœur

- Le Maître du Cœur est un organe Yin qui est associé au Triple Réchauffeur qui lui est Yang
- Le Cœur fait partie de **l'élément Feu de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés au Maître du Cœur :
 - Il est en relation avec le système cardio-vasculaire,
 - L'ouverture du Maître du Cœur se fait au niveau de la langue, et en lien avec la parole, la communication, le rire
 - La saison est l'été
 - Le liquide du Maître du Cœur est la sueur
 - Le facteur climatique associé est le feu,
 - L'énergie du Maître du Cœur se reflète au niveau du visage,
 - La couleur est le rouge
 - La saveur est l'amer
 - L'émotion est la joie, le bonheur
 - La plénitude énergétique du Cœur dans la circulation énergétique est : 19h-21h,
 - Le pouls du Cœur est au poignet gauche, côté pouce en profondeur,
 - Sa zone de projection sur la langue est sur le bout de la langue ou il est entouré par le Poumon.

C LES ENTRAILLES ORDINAIRES

Du point de vue anatomique, l'Estomac, l'Intestin Grêle, le Gros Intestin, la Vessie, la Vésicule Biliaire sont identiques aux entrailles du tube digestif que nous connaissons en médecine occidentale.

On retrouvera pour la plupart de ces entrailles des fonctions comme

- Transport,
- Transformation,
- Transmission.

I LE GROS INTESTIN – DA CHANG

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU GROS INTESTIN EN MTC

Le Gros Intestin fait partie du tube digestif. Il est situé après l'intestin grêle et participe au processus digestif, l'absorption des liquides et la création des selles.

Il faut savoir que certaines fonctions qui sont attribuées au Gros Intestin en médecine occidentale sont en fait attribuées à la Rate en Médecine Chinoise. C'est la Rate qui contrôle la transformation et le transport des aliments et des boissons pour la totalité du système digestif, y compris pour l'Intestin Grêle et le Gros Intestin. C'est pour cette raison qu'en pathologie, des symptômes tels que la diarrhée, la distension et les douleurs abdominales sont généralement attribués à un déséquilibre de la Rate.



1.1 Les fonctions du Gros Intestin

Le Gros intestin a pour fonction :

- **De recevoir et accepter les aliments** et les boissons qui arrivent de l'Intestin Grêle
- **D'absorber encore les liquides** qui restent dans les déchets,
- **De transformer les déchets en selles**, de les **éliminer** et de **transporter** ces déchets vers l'anus

1.2. Les relations du Gros Intestin

- Le Gros intestin est une entrailles Yang qui est associé au Poumon qui lui est Yin. Il s'agit d'une relation intérieur/extérieur. Le Qi du Poumon descend et fournit au Gros Intestin le Qi nécessaire à l'effort pour réaliser la défécation. Donc si le Qi du Poumon est faible, il peut y avoir constipation.
- Le Gros intestin fait partie de l'**élément Métal de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés au Gros intestin :
 - o La saison est l'automne
 - o La plénitude énergétique du Gros intestin dans la circulation énergétique est : 5h-7h,
 - o Le pouls du Gros intestin est au poignet droit, côté pouce en superficie,

II L'ESTOMAC- WEI

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE L'ESTOMAC EN MTC

L'Estomac est la Viscère la plus Yang et est en relation avec la Rate. Ils sont tous les deux responsables de la création d'une grande partie du Qi Postérieur en créant du Qi et du Sang par l'intermédiaire de l'alimentation.

L'Estomac fait partie du tube digestif. Il est situé après l'œsophage et participe au processus digestif qui sera à la fois mécanique par des mouvements de brassage des aliments, mais aussi chimique par les sécrétions gastriques. Il participera légèrement à l'absorption de quelques nutriments.

1.1 Les fonctions de l'Estomac

L'Estomac a pour fonction :

- **De recevoir et accepter les aliments** et les boissons qui ont été ingérés. Le fait de les refusés ou si le Qi de l'Estomac est à contre-courant, il peut entraîner nausées, vomissements, régurgitations.
- **L'Estomac va continuer la digestion** qui a démarrée en bouche par la mastication et la salivation. Cette action de digestion est donc à la fois mécanique par des mouvements de brassage des aliments, mais aussi chimique par les sécrétions gastriques On dit qu'il est responsable du « **mûrissement et du pourrissement de la nourriture** ». Il prépare en quelque sorte les aliments pour que la Rate puisse plus facilement faire le tri entre le pur et l'impur.
- L'Estomac est aussi une zone au niveau de laquelle, **une première partie des nutriments est absorbé**. L'Estomac est en cela, aidé par la Rate.
- Enfin, l'Estomac va transmettre le fruit de son travail au duodénum, à l'intestin grêle en ouvrant régulièrement le sphincter du Pylore. On dit qu'il **régit le transit et la descente des aliments vers le bas**. Si



cette fonction n'est pas bien assurée, on se retrouvera avec des ballonnements, des lourdeurs sur l'estomac, nausées, vomissement, perte d'appétit.

- L'Estomac est avec la Rate, **responsable du transport des Jing Wei dans le corps entier**. Donc comme pour la Rate, si le Qi de l'Estomac est faible, les Jing Wei ne sont pas suffisants et ne circulent pas bien, il y a donc fatigue et faiblesse musculaire.
- L'Estomac à besoin de liquides pour assurer sa fonction de « **mûrissement et du pourrissement de la nourriture** » et extraire l'essence des aliments. Tout comme une tisane qui nécessite de l'eau pour extraire les composés des plantes. On dit donc que l'Estomac aime l'humidité.

Comparaison de l'Estomac et de la Rate

Estomac	Rate
Yang	Yin
Entraîlles	Organe
Creux	Pleine
Reçoit la nourriture et la boisson	Transforme la nourriture et la boisson
Le Qi de l'Estomac descend	Le Qi de la Rate monte
L'Estomac aime l'Humidité	La Rate aime la sécheresse

1.2. Les relations de l'Estomac

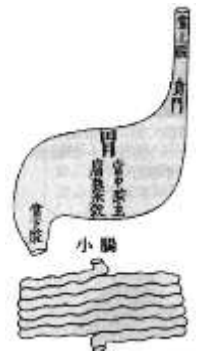
- L'Estomac fait partie de **l'élément Terre de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés à l'Estomac :
 - o Il est en relation avec le centre du corps,
 - o Il est en relation avec la digestion,
 - o La saison est la fin de l'été ou les intersaisons,
 - o Le facteur climatique associé est la sécheresse,
 - o Il est en relation avec les muscles,
 - o La couleur est le jaune,
 - o La saveur est le Doux, le sucré étant la saveur pathologique de la Terre
 - o L'émotion est la réflexion, les soucis, la pensée,
 - o La plénitude énergétique de l'Estomac dans la circulation énergétique est : 7h-9h,
 - o Le pouls de l'Estomac est au poignet droit, côté barrière, en superficie,
 - o Sa zone de projection sur la langue est sur le centre de la langue avec la Rate.

III L'INTESTIN GRELE – XIAO CHANG

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE L'INTESTIN GRELE EN MTC

L'Intestin Grêle fait partie du tube digestif. C'est le tube le plus long du corps. Il est situé après l'estomac et le duodénum et participe au processus digestif. C'est en son sein que les liquides du pancréas (suc pancréatique) et le liquide de la Vésicule Biliaire (bile) vont se mélanger à la bouillie (soupe digestive) sortant de l'estomac.

Il faut savoir que certaines fonctions qui sont attribuées à l'Intestin Grêle en médecine occidentale sont en fait attribuées à la Rate en Médecine Chinoise. C'est la Rate qui contrôle la transformation et le transport des aliments et des boissons pour la totalité du système digestif, y compris pour l'Intestin Grêle et le Gros Intestin. C'est pour cette raison qu'en pathologie, des symptômes tels que la diarrhée, la distension et les douleurs abdominales sont généralement attribués à un déséquilibre de la Rate.



1.1 Les fonctions De l'Intestin Grêle

L'Intestin Grêle a pour fonction :

- **De recevoir et accepter les aliments** et les boissons qui arrivent de l'Estomac (céréales et eau)
- **Faire la distinction complète de ce qui est pur et impur** avec le soutien de la Rate. C'est au niveau l'intestin grêle qu'une grande partie de la digestion est terminée (transformation des aliments en particules simples assimilables)
- **De faire une absorption complète des substances nutritives**. C'est donc dans l'intestin grêle que les nutriments vont être absorbés par le corps en passant la barrière intestinale et rentrer à l'intérieur du corps. Ce qui participera à la création du Sang, du Qi, du Ying Qi, du Wei Qi et des liquides organiques toujours sous l'influence de la Rate.
- **Il va enfin transmettre, repousser l'impur**, les déchets vers le bas et donc le Gros Intestin

Si l'Intestin Grêle est en situation de faiblesse, il ne va pas assurer sa fonction de digestion et d'absorption ce qui pourra entraîner des diarrhées, des selles avec des aliments non digérés.

1.2. Les relations De l'Intestin Grêle

- L'Intestin Grêle est une entrailles Yang qui est associé au Cœur qui lui est Yin. Il s'agit d'une relation intérieur/extérieur.
- L'Intestin Grêle fait partie de **l'élément Feu de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés à l'Intestin Grêle :
 - o La saison est l'été
 - o La plénitude énergétique de l'Intestin Grêle dans la circulation énergétique est : 13h-15h,
 - o Le pouls de l'Intestin Grêle est au poignet gauche, côté pouce en superficie,

IV VESICULE BILIAIRE – DAN

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE LA VESICULE BILIAIRE EN MTC

La vésicule biliaire est un organe annexe du tube digestif au même titre que le pancréas et le foie. C'est un réservoir qui est situé sous le foie. En énergétique chinoise le Qi de la Vésicule Biliaire est sous la dépendance du Qi du Foie.

En physiologie occidentale, la vésicule biliaire permet de stocker la bile produite par le foie et de la libérer lors des phases prandiales par le canal cholédoque et se déverse dans le duodénum pour notamment émulsionner les graisses des aliments et faciliter ainsi leur digestion. La bile aide donc les fonctions digestives de la Rate et de l'Estomac.

La Vésicule Biliaire n'est pas directement en lien avec l'extérieur comme les autres Viscères Yang (E, IG, GI, V) qui communiquent avec l'extérieur par l'intermédiaire de la bouche, de l'uretère ou de l'anus. Elle ne reçoit pas non plus directement les aliments pour les transformés.

La Vésicule Biliaire fait partie des Entrailles (Yang) couplée à un Organe, le Foie (Yin) mais elle fait également partie des entrailles particulières puisqu'elle stocke un liquide pur, la bile et qu'elle n'est pas un lieu de passage des aliments. Ce qui sont normalement des caractéristiques des organes et non des entrailles.



胆腑圖

La Vésicule Biliaire est donc à la fois impliquée dans le traitement des aliments et des boissons et de leurs déchets mais également dans le stockage de la bile qui est un produit pur.

1.1 Les fonctions de la Vésicule Biliaire

La Vésicule Biliaire a pour fonction :

- **De Stocker la bile** : en MTC, le Qi du Foie se concentre pour former la bile. Celle-ci sera envoyée par le Foie et reçue par la Vésicule Biliaire pour être stockée en son sein. Comme nous venons de le voir, la VB est le seul Viscère Yang à stocker un produit Pur comme une Viscère Yin, plutôt que d'être une voie de passage et de transformation des substances impure comme les aliments, les boissons et les déchets. L'évacuation de la bile contenue dans la VB est sous la dépendance du Qi du Foie qui assure la libre circulation du Qi.

En cas de difficulté d'évacuation de la bile due à un Qi du Foie bloqué, la digestion s'en voit perturbé après le repas avec une difficulté de l'Estomac à assurer la descente du Qi et apparait ainsi des signes comme nausées, éructations, vomissements, diarrhée, bouche amère, etc.

En cas de stagnation du Qi du Foie, la libération de la bile par la Vésicule Biliaire peut être difficile et entraîner une obstruction de la sécrétion.

- **De contrôler les tendons** : comme nous l'avons vu pour le Foie, la libre circulation du Qi permet de nourrir les Tendons. Les fonctions de la Vésicule Biliaire de stockage et de libération de la bile sont sous la dépendance du Foie et vont permettre la libre circulation du Qi. Le Qi de la Vésicule Biliaire aide le Foie à assurer cette libre circulation.
- **Est associée à la volonté et l'esprit de décision, du jugement.** Le Foie contrôle notre capacité à organiser notre vie alors que la Vésicule Biliaire, contrôlera notre capacité à prendre des décisions, sans être influencé par la peur ou la pression psychologique. Lorsque ces deux Viscères sont en harmonie, nous sommes en capacité à prendre des décisions, planifier et agir. La vésicule biliaire est aussi associée à notre courage, et notre esprit d'initiative. Elle nous permet d'être plus résistant aux troubles somatiques.

En cas de vide de Qi de la Vésicule Biliaire on peut faire preuve d'une très grande sensibilité affective, être indécis, timide, etc.

1.2. Les relations de la Vésicule Biliaire

- La Vésicule Biliaire est une entrailles Yang qui est associé au Foie qui lui est Yin. Il s'agit d'une relation intérieur/extérieur.
- La Vésicule Biliaire fait partie de **l'élément Bois de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés à la Vésicule Biliaire :
 - o La saison est le printemps
 - o La plénitude énergétique de la Vésicule Biliaire dans la circulation énergétique est : 23h-1h,
 - o Le pouls de la Vésicule Biliaire est au poignet gauche, côté Barrière en superficie,

V VESSIE – PANG GUANG

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DE LA VESSIE EN MTC

La Vessie est une entrailles qui est reliée au Rein par l'uretère et se lie au méat urinaire par l'intermédiaire de l'urètre. Il s'agit bien du même organe pour la médecine occidentale et la médecine chinoise. Il aura essentiellement pour fonction de stocker et libérer les urines et aura une relation particulière avec le Rein.



1.1 Les fonctions de la Vessie

La Vessie a pour fonction :

- **De Stocker les urines** : La Vessie reçoit les urines et les stocke. Elle les reçoit par l'intermédiaire de l'uretère qui fait le lien entre les Reins et la Vessie. Il faut ensuite que le Qi des Reins et de la Vessie soient correct pour pouvoir stocker les urines et être en capacité de maintenir le sphincter urinaire fermé. En cas de faiblesse peut apparaître énurésie ou incontinence. Comme nous l'avons vu dans la présentation du Rein et du Jing, les enfants ont un Qi Rénal pas encore mature (énurésie) et les personnes âgées ont une faiblesse du Qi Rénal associé à l'avancée en âge (incontinence).
- **Evacuer les urines** : Les urines sont donc stockées et doivent être périodiquement évacuées lorsque la Vessie est pleine.

1.2. Les relations de la Vessie

- La Vessie est une entrailles Yang qui est associé au Rein qui lui est Yin. Il s'agit d'une relation intérieur/extérieur.
- La Vessie fait partie de **l'élément Eau de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés à la Vessie :
 - o La saison est l'hiver
 - o La plénitude énergétique de la Vessie dans la circulation énergétique est : 15h-17h,
 - o Le pouls de la Vessie est au poignet gauche, côté pied en superficie,
 - o Sur le plan mental, un déséquilibre de la Vessie peut entraîner des sentiments tels que la **jalousie, la suspicion et la rancune.**

VI TRIPLE RECHAUFFEUR – SAN JIAO

1 STRUCTURE ET FONCTIONS DU TRIPLE RECHAUFFEUR EN MTC

Il s'agit d'une entrailles un peu particulière puisqu'on considère qu'elle n'a pas de forme physique. En fait, il s'agit plutôt de trois zones du corps à forte activité énergétique avec des voies de passage entre ces trois zones. Ces zones sont :

- Le Réchauffeur Supérieur qui est la zone du Thorax au-dessus du diaphragme,
- Le Réchauffeur Moyen qui est la zone de l'abdomen au-dessous du diaphragme et au-dessus du nombril
- Le Réchauffeur Inférieur qui est la zone du Bas ventre entre le nombril et les organes sexuels externes et l'anus

Ce sont trois zones où il y a une forte activité énergétique.

Il faut savoir que même si cette Viscère ne possède pas de forme physique, l'organisme dispose d'un méridien yang qui parcourt le bras et qui va permettre dans la clinique d'agir sur les fonctions de ces trois zones énergétiques.

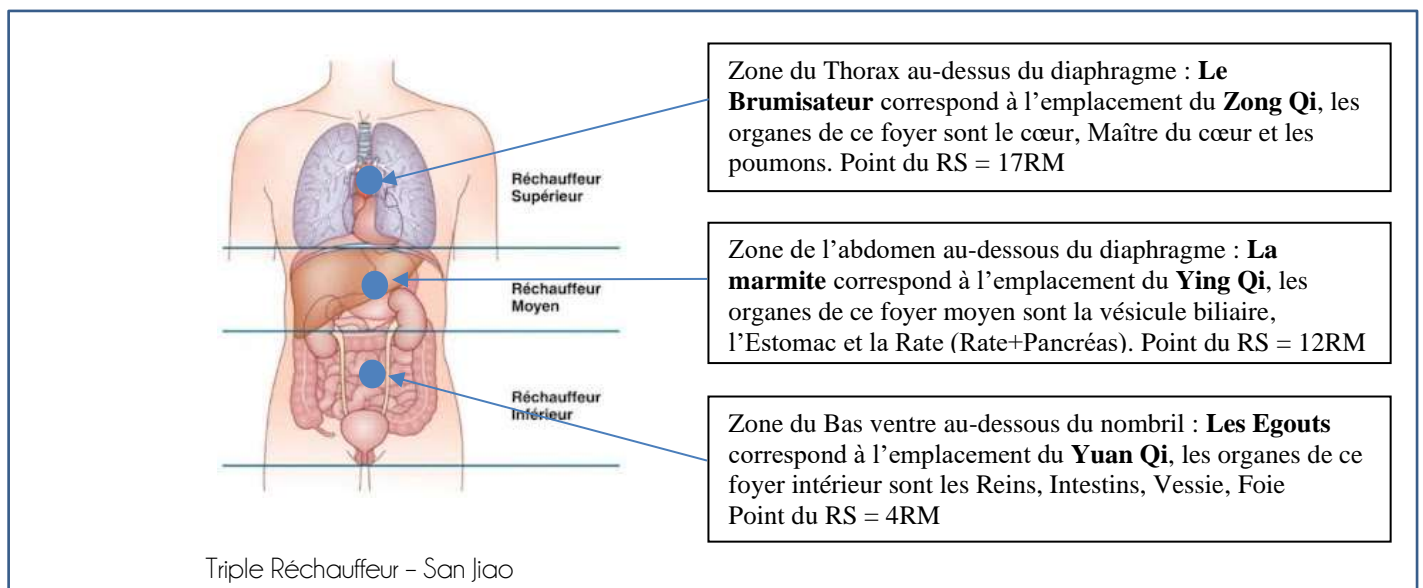
Nous avons vu que la création du Zhen Qi correspond à l'association du Qi Inné (Yuan Qi) et du Qi Acquis (Qi de l'alimentation et du Qi de la respiration). Ces trois Qi ont chacun une localisation différente. Chacun de ces Qi correspond à un foyer :

- Zong Qi se situe dans le Réchauffeur supérieur que l'on nomme le **brumisateur** puisqu'il va permettre la distribution des essences subtiles des aliments qui sont montées dans le Réchauffeur supérieur par l'action de

montée du pur de la Rate. Il propulse et régule la diffusion du Qi et du sang, du Zheng Qi, du Wei Qi. Les organes de ce foyer sont le cœur, Maître du cœur et les poumons

- Ying Qi prend sa source dans le Réchauffeur moyen que l'on nomme la **marmite** puisque c'est ici que les aliments et les boissons vont être digérés sous l'action du Qi de la Rate et de l'Estomac (qui sont localisés dans ce Réchauffeur Moyen) et vont être envoyés vers le haut au Réchauffeur supérieur pour se charger de l'énergie de l'air. C'est également le lieu de production du Qi et du Sang. On y trouve également du point de vue anatomique le Foie et la Vésicule Biliaire.
- Yuan Qi prend sa source dans le Réchauffeur inférieur que l'on nomme les égouts puisque c'est ici que l'impur issue de l'action des Intestins, du Rein et de la Vessie va permettre l'évacuation de l'impur (urines et selles) issue de la transformation des aliments et des liquides dans le Réchauffeur moyen. On y trouve également le Foie et la Vésicule biliaire du point de vue physiologique.

La communication entre ces trois foyers est primordiale pour que ces trois différents Qi puissent circuler et interagir librement dans le corps. Ce qui permettra à chaque organe, chaque tissu, de communiquer, de laisser circuler le Qi, le Sang, les liquides organiques, d'être alimenté, réparé. C'est nécessaire pour maintenir une bonne santé.



1.1 Les fonctions Du Triple Réchauffeur

- Le Triple Réchauffeur est la **voie de circulation de l'Energie Originelle** qui stimule l'activité physiologique des Organes et Entrailles.
- Le Triple Réchauffeur **est responsable de la circulation des fluides par la Voie des Eaux**
- Le Triple Réchauffeur **gouverne la digestion, l'assimilation, le transit et l'excrétion**, puisque, tout au long de ces étapes, les aliments sont véhiculés à travers le Triple Réchauffeur.
- Il est également responsable de **la production des différents Qi et constitue, dès la première respiration, l'usine énergétique de l'être humain.**

1.2. Les relations du Triple Réchauffeur

- Le Triple Réchauffeur est une « entrailles » Yang qui est associé au Maître du Cœur qui lui est Yin. Il s'agit d'une relation intérieur/extérieur.
- Le Triple Réchauffeur fait partie de **l'élément Feu de la théorie des cinq éléments** (Voir cours sur la théorie des cinq éléments pour comprendre les associations. Ce qui signifie que tous les éléments qui présentent les caractéristiques de cet élément sont associés au Triple Réchauffeur :
 - o La saison est le l'été
 - o La plénitude énergétique du Triple Réchauffeur dans la circulation énergétique est : 21h-23h,
 - o Le pouls Le Triple Réchauffeur est au poignet droit, côté pied en superficiele,

D LES ENTRAILLES EXTRAORDINAIRES

Nous venons de voir les différentes Viscères Yang mais il existe en MTC **six Entrailles Curieuses (Yang)**. Ces "Entrailles Curieuses ou extraordinaires" par **leurs fonctions, s'apparentent aux viscères Yin** (puisqu'elles stockent une Essence Yin (du sang, de la moelle, du Jing) et n'excrètent pas), **mais se présentent sous la forme de viscères Yang** (*c'est-à-dire qu'elles sont creuses*). Elles sont au nombre de 5 : le Cerveau, les Moelles, les Os, les Vaisseaux, l'Utérus et enfin la Vésicule Biliaire.

Les fonctions de ces entrailles extraordinaires

- Gardent, conservent l'essence et n'évacuent pas vers l'extérieur (excepté pour l'utérus qui peut garder le fœtus pendant 9 mois, puis l'évacuer et la vésicule biliaire qui peut garder la bile et l'évacuer au moment des repas)
- Elles ne sont pas en contact avec l'eau et les aliments

I LE CERVEAU - NAO

Le Cerveau est appelé "*la Mer des Moelles*". Comme nous l'avons vu lors de la présentation de l'organe Rein, **l'Essence du Rein produit la Moelle qui se concentre pour remplir le Cerveau et la moelle épinière**. Comme la Moelle a son origine au Rein, le Cerveau est en relation fonctionnelle avec ce viscère Yin.

Le cerveau est responsable de l'activité mentale et émotionnelle, de l'activité sensorielle.

Pour sa nutrition, le Cerveau **dépend** également **du Cœur** et plus particulièrement du **Sang du Cœur**, de sorte que les activités physiologiques du Cerveau sont **tributaires de l'état du Rein et de celui du Cœur**.

Le Rein stocke l'Essence et le Cœur gouverne le Sang. Si l'Essence et le Sang sont tous deux abondants, le Cerveau jouit d'une bonne santé et d'une forte vitalité, les organes des sens fonctionnent correctement (les yeux, les oreilles, le toucher, l'odorat). **La mémoire et la concentration est bonne**.

Si l'Essence du Rein et le Sang du Cœur sont tous deux en Vide, le Cerveau est lent, la mémoire mauvaise, la vitalité faible, l'ouïe et la vue diminuées, fatigue, acouphènes, vertiges, troubles du comportement. La relation entre le Cerveau, le Rein et le Cœur explique comment, en pratique, certains symptômes comme une mauvaise mémoire et une mauvaise concentration, des **vertiges et une vision trouble**, peuvent provenir d'un **Vide de la Mer des Moelles** (autrement dit du Rein) ou d'un **Vide de Sang du Cœur**.

II LES MOELLES - SUI

Les Moelles au sens de la médecine chinoise est composé de la moelle osseuse, de la moelle épinière et de la moelle contenue dans le cerveau. Il ne faut **pas confondre** le concept chinois de "**Moelle**" avec le terme de **moelle osseuse de la médecine occidentale**.

Les Moelles sont en étroite relation avec le Rein puisqu'elles sont **produites par l'Essence du Rein**.

Les Moelles alimentent et entretiennent le cerveau et le squelette. Elles ont donc un rôle important dans l'activité cérébrale et la santé des os (les os sont formés par le surplus des moelles).

Les Moelles participent également à la production du sang. Cette fonction peut être rapproché du rôle hématopoïétique (fabrication du sang à partir de cellules souches) de la moelle rouge des os. Cette hématopoïèse permet la fabrication :

- **De globule rouge** (érythrocytes) pour renouveler les globules rouges qui sont détruits après avoir assuré quelques temps leur fonction de transport du sang.
- De cellules du système immunitaire telles que les **globules blanc** (leucocytes) qui vont assurer la défense de l'organisme.

En cas de perturbation des Moelles peut apparaître faiblesse des lombes et des genoux (localisation de l'énergie des Reins), retard de croissance et de développement de l'enfant, fragilité des os, anémie, immunodéficience, etc.

III LES OS - GU

Les Os sont le surplus des Moelles et comme toutes les autres Entrailles Curieuses, sont également **liés au Rein**. On les compte parmi les Entrailles Curieuses parce **qu'ils stockent la Moelle Osseuse**. Si **l'Essence du Rein et la Moelle sont insuffisantes**, les Os sont mal nourris, ils ne peuvent plus porter le corps et l'individu est incapable de marcher ou de se tenir debout.

En cas de perturbation on peut trouver des fragilités osseuses, des fractures de fatigue, des troubles locomoteurs, etc. Vu la relation entre le Rein et les Os on pourra travailler sur le Rein pour améliorer la santé des os.

IV LES VAISSEAUX - MAI

Les **Vaisseaux Sanguins** comptent parmi les Entrailles Curieuses parce qu'ils **contiennent le Sang**. Ils sont en relation avec le Cœur. Ils sont **indirectement liés au Rein** dans la mesure où **l'Essence du Rein produit la Moelle qui**

contribue à la production du Sang, le Qi originel du Rein contribuant à la **transformation du Qi des Aliments en Sang**.

Ils sont également en lien avec la Rate qui à pour rôle de maintenir le sang dans les vaisseaux. Ils véhiculent des informations provenant de l'ensemble de l'organisme perceptible notamment par la palpation des pouls, qui est une méthode de bilan énergétique spécifique de la médecine chinoise.

En cas de perturbation on peut trouver des hémorragies, épistaxis, stases de sang, etc.

V L'UTERUS - NUZIBAO

L'Utérus est **la plus importante de toutes les Entrailles Curieuses**. Il a pour fonction

- De **régler les menstruations**,
- **D'assurer la conception et la grossesse**.

Il correspond bien au même organe qu'en médecine occidentale du point de vue anatomique. Il y a cependant quelques différences par rapport à la conception chinoise de l'Utérus, de ses fonctions et de ses liens avec d'autres organes. En effet, **l'Utérus est étroitement lié à deux méridiens** que sont :

- **Le Ren Mai** : fournit le Qi à l'Utérus
- **Le Chong Mai** : fournit le Sang à l'Utérus

Ces deux méridiens prennent naissance dans l'Utérus. Pour rappel, une fois les 12 méridiens principaux remplis, ils déversent leur trop plein dans le Chong Mai et le Ren Mai et cela devient les règles. Quand il y a un fœtus les règles s'arrêtent et le sang va nourrir le fœtus. An la naissance, le sang du Chong Mai quitte l'utérus et monte au sein pour nourrir l'enfant. C'est pour cela qu'il n'y a pas de règles tant que la femme allaite.

A la ménopause, ce sang qui n'est plus évacué peut stagner au réchauffeur inférieur et créer de la chaleur qui va montée par intermittence pour produire des bouffées de chaleur. Il va également monter et créer de la pilosité également chez certaines femmes.

Chez l'homme, il y a également le méridien Chong Mai et Ren Mai, mais ce sang n'est pas utilisé pour les règles. Il monte au visage pour faire la barbe et au thorax pour faire les poils. Ce sang produit et conserve le sperme et en cas de perturbation on peut trouver l'impuissance, des éjaculations précoces, du sperme aqueux et clair, des pollutions nocturnes, des spermatorrhées, etc.

Des menstruations et **une grossesse normale** dépendent de **l'état du Ren Mai et du Chong Mai**, qui **dépendent eux-mêmes de l'état du Rein**. Si l'Essence du Rein est abondante, le Ren Mai et le Chong Mai sont tous les deux forts et l'Utérus est correctement approvisionné en Qi et en Sang, si bien que les menstruations sont normales et la grossesse sans problème. Si l'Essence du Rein est faible, le Ren Mai et le Chong Mai sont vides, l'Utérus n'a pas suffisamment de Qi et de Sang, il en résulte des menstruations irrégulières, de l'aménorrhée et de la stérilité.

Les menstruations, la conception et la grossesse sont tributaires également de l'état du Sang, tout comme l'Utérus. **Les relations fonctionnelles entre l'Utérus et le Sang sont très fortes : l'Utérus doit toujours pouvoir compter sur un approvisionnement abondant en Sang**. Et cette production est lié au bon fonctionnement de 4 organes :

- La rate produit et contrôle le sang
- Le Rein produit les moelles qui participent à la création du sang. Il stocke le Jing qui lorsqu'il est suffisamment abondant va apporter la maturité sexuelle jusqu'à la ménopause.
- Le Foie **stocke le sang et favorise le drainage et l'évacuation du Qi**
- Le Cœur **gouverne le Sang**,

Si la Rate ne peut pas produire suffisamment de Sang et qu'il s'ensuit un Vide de Sang du Cœur, l'Utérus manque alors de Sang et il en résulte de l'aménorrhée. De la même façon, **si le Foie ne stocke pas suffisamment de Sang, l'Utérus est mal approvisionné** en Sang et il en résulte aussi de l'aménorrhée.

Si le Sang stocké par le Foie est affecté par la **Chaleur**, le Sang de l'Utérus peut alors se mettre à **couler de façon anarchique**, ce qui entraîne des **ménorragies et des métrorragies**.

Si le Qi du Foie stagne, il peut s'ensuire une Stagnation du Sang du Foie qui affecte le Sang de l'Utérus, avec **règles douloureuses et caillots de sang noir**. Comme le Foie stocke le Sang et en règle le volume, des **menstruations irrégulières** sont souvent dues à un **dysfonctionnement du Foie** tel que la Stagnation du Qi du Foie. De même, une Stagnation du Sang du Foie engendre des règles douloureuses et un Vide de Sang du Foie est responsable de règles peu abondantes ou de l'absence de règles.

D'un autre côté, **des problèmes de reproduction** s'expliquent souvent par **une faiblesse de l'Essence du Rein qui nourrit mal l'Utérus**. Un **Vide de l'Essence du Rein peut entraîner de la stérilité ou des fausses couches répétées**.

Pour ce qui est des relations avec les viscères Yang, **l'Utérus est étroitement lié à l'Estomac**. Ce lien s'explique par le fait que le **Chong Mai sert d'intermédiaire**. Ce Vaisseau est lui-même étroitement **lié à l'Estomac et il passe par l'Utérus**, reliant ainsi l'Estomac et l'Utérus. Les **vomissements gravidiques ou les nausées ou vomissements** dont souffrent certaines femmes lors de leurs règles, sont souvent causés par des **perturbations de l'Estomac dues aux changements qui affectent l'Utérus**.

E RESUME DES RELATIONS ENTRE LES VISCERES (Organes)

Comme nous vous l'avons précisé en introduction de cette formation, la médecine traditionnelle chinoise est une médecine dite holistique, ce qui veut dire qu'elle prend en compte l'individu dans sa globalité à la fois du point de vue anatomique, physiologique, énergétique, émotionnel, etc. Elle tient également des interactions du corps avec son environnement.

Cela implique que chaque individu, en fonction de son sexe, de son tempérament, de l'environnement climatique dans lequel il évolue, de se qu'il vit, de ses aspirations, de ses croyances, etc. doit s'adapter à chaque instant.

Cette adaptation doit permettre de maintenir une certaine homéostasie qui lui permet de préserver sa vitalité, sa santé et pouvoir vivre bien et vieux.

Pour ce faire, tous les organes doivent pouvoir communiquer, échanger entre eux pour assurer ce bon fonctionnement.

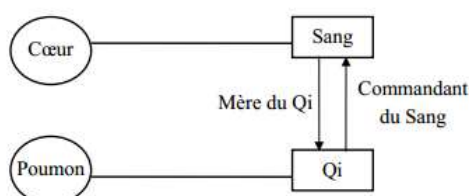
Voici donc un petit tableau résumé de chaque organe et de leur lien avec le Qi, le sang et les liquides organiques qui sont les substrats de cette communication et de ces échanges.

Zang	Qi	Sang	Liquides organiques
Rein	<ul style="list-style-type: none"> - Source du Qi prénatal - Gouverne la formation du Qi postnatal - Reçoit le qi transmis par le Poumon 	<ul style="list-style-type: none"> - Participe à la formation de la Moelle osseuse - Gouverne la formation du sang 	<ul style="list-style-type: none"> - Gouverne la formation, la vaporisation et la transformation des liquides organiques
Rate	<ul style="list-style-type: none"> - Source du Ying Qi élaboré à partir des aliments et des boissons 	<ul style="list-style-type: none"> - Source du sang élaboré à partir des aliments et des boissons - Retient le sang dans les vaisseaux 	<ul style="list-style-type: none"> - Source des liquides organiques élaborés à partir des aliments et des boissons
Foie	<ul style="list-style-type: none"> - Gouverne la libre circulation du Qi 	<ul style="list-style-type: none"> - Garantit la libre circulation du sang - Stocke et libère le sang 	<ul style="list-style-type: none"> - Garantit la libre circulation des liquides organiques
Cœur	<ul style="list-style-type: none"> - Le Shen est la manifestation du Qi et du Sang 	<ul style="list-style-type: none"> - Règle la circulation du sang dans les vaisseaux 	<ul style="list-style-type: none"> - Intervient dans les relations entre le Sang, le yin et les liquides organiques
Poumon	<ul style="list-style-type: none"> - Gouverne la respiration - Prend le Qi pur de l'air - Gouverne la diffusion et la descente du Qi 	<ul style="list-style-type: none"> - Le Poumon et le Cœur sont impliqués dans la formation du sang dans la poitrine 	<ul style="list-style-type: none"> - Gouverne la diffusion et la descente des liquides organiques

I Relation entre le Cœur et le Poumon

Le Cœur et le Poumon sont tous les deux situés dans le Réchauffeur supérieur et leur lien se fait par l'intermédiaire de leurs rôles respectifs par rapport au Qi et au Sang.

Le **Cœur gouverne le Sang** et le **Poumon gouverne le Qi**, la relation qui existe entre le Cœur et le Poumon est donc fondamentalement la même que celle qui lie le **Qi et le Sang**



Le Qi et le Sang dépendent l'un de l'autre : le Qi propulse le Sang, si le Qi stagne, le Sang se fige. D'autre part, le Sang nourrit le Qi. Le Sang a besoin de la force du Qi pour circuler dans les vaisseaux sanguins et le Qi ne peut circuler dans le corps que s'il se "concentre" dans les vaisseaux sanguins.

Bien que ce soit le **Cœur qui fasse circuler le Sang** dans les vaisseaux sanguins, le **Poumon l'aide dans sa fonction en lui fournissant le Qi nécessaire** à cette tâche. D'autre part, le Poumon dépend du Sang venant du Cœur qui le nourrit.

C'est pour cette raison que **si le Qi du Poumon est insuffisant**, il peut s'ensuivre une **Stagnation du Qi du Cœur**, puis une Stagnation du Sang du Cœur, avec **palpitations, douleurs dans la poitrine et lèvres bleutées**. Un **Feu du Cœur en Excès épuise les liquides du Poumon** et entraîne une **toux sèche, un nez sec et de la soif**.

En pratique, il est fréquent que le Qi du Cœur et le Qi du Poumon soient tous deux insuffisants en même temps, car ils sont étroitement liés et se situent tous deux dans la poitrine.

De plus, le Qi Complexe qui se forme dans la poitrine influence à la fois les fonctions du Cœur et celles du Poumon, ainsi que la circulation du Qi et du Sang. Si le Qi Complexe est insuffisant, la voix est faible et les mains sont froides, car le Qi et le Sang du Cœur et du Poumon sont réduits.

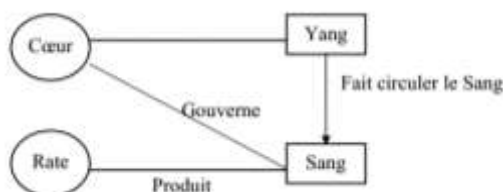
La tristesse lèse souvent à la fois le Qi du Poumon et celui du Cœur, ce qui se traduit par un pouls faible à la position "Pouce", aussi bien à droite qu'à gauche.

II Relation entre le Cœur et La Rate

La Rate et le Cœur sont en relation par l'intermédiaire du Sang.

La Rate produit et contient le Sang (puisque'elle produit l'Essence des Aliments qui est la base du Sang), ce qui est d'une importance primordiale pour le **Cœur qui gouverne le Sang**.

- Si le **Qi de la Rate est insuffisant** et ne peut produire suffisamment de Sang, il s'ensuit inévitablement un **Vide de Sang du Cœur** avec vertiges, mémoire défaillante, fatigue, insomnies et palpitations. De plus, le Yang du Cœur propulse le Sang dans les vaisseaux et le Sang du Cœur nourrit la Rate.
- Si le **Yang du Cœur est insuffisant**, il ne peut plus propulser le Sang dans les vaisseaux et la **Rate va en souffrir** car c'est elle qui produit et contrôle le Sang.

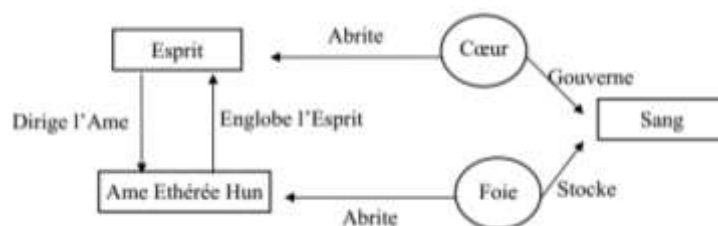


III Relation entre le Cœur et le Foie

Les relations qui existent entre le **Cœur et le Foie** résident dans le rôle respectif qu'ils jouent vis-à-vis du **Sang**.

Le **Cœur gouverne le Sang** alors que le **Foie le stocke** et en **règle le volume** : ces **deux activités** doivent être **cordonnées et harmonisées**. Si le **Sang du Cœur est insuffisant**, ceci peut perturber la capacité du Foie à contrôler le Sang, et provoquer des **vertiges et des rêves trop abondants**. Plus couramment, un **Vide de Sang du Foie** entraîne un **Vide de Sang du Cœur** car le Foie ne stocke pas suffisamment de Sang pour pouvoir nourrir le Cœur. Il s'ensuit alors des **palpitations, troubles de la vision, éblouissement et des insomnies**. Pour rappel, selon la Théorie des Cinq Eléments, on dit que "La Mère ne nourrit pas le Fils".

Au niveau mental, le **Cœur abrite l'Esprit et la vitalité**, alors que le **Foie est responsable de la "libre expression" des émotions**. *L'Esprit et les émotions s'aident mutuellement*. Un Cœur faible et un Esprit «déprimé» entraînent de la **dépression et de l'anxiété**, alors que les **émotions refoulées et l'insatisfaction** qui découlent d'une Stagnation du Qi du Foie peuvent entraîner un **affaiblissement de l'Esprit, irritabilité et une baisse de la vitalité**.



IV Relation entre le Cœur et le Rein

Les relations entre le Cœur et le Rein sont très **importantes**. Elles se présentent essentiellement sous deux aspects :

- *L'assistance mutuelle du Feu et de l'Eau.*
- *La racine commune de l'Esprit et de l'Essence (voir Qi Gong : Jing, Qi, Shen)*

1. L'assistance mutuelle du Feu et de l'Eau

Le **Cœur** correspond au **Feu** et se trouve dans le **Réchauffeur Supérieur**, le Feu est de nature Yang et correspond au **mouvement**.

Le **Rein** correspond à l'**Eau** et se trouve dans le **Réchauffeur Inférieur**, le Rein est de nature Yin et correspond au **repos**. Il doit exister un **équilibre entre le Cœur et le Rein** car ils représentent tous deux les pôles fondamentaux du Yang et du Yin, du Feu et de l'Eau. Le *Yang du Cœur descend réchauffer le Yin du Rein ; le Yin du Rein monte nourrir le Yang du Cœur*. Il existe des échanges permanents entre le haut et le bas, entre l'énergie du Cœur et celle du Rein. C'est ce qu'en médecine chinoise on nomme "l'assistance mutuelle du Feu et de l'Eau" ou "l'assistance mutuelle du Cœur et du Rein".

- Si le **Yang du Rein est insuffisant**, le **Rein ne peut transformer les liquides** qui, alors, **envahissent le haut du corps entraînant le tableau appelé "l'Eau outrage le Cœur"**.
- Si le **Yin du Rein est insuffisant**, il ne peut **monter nourrir le Yin du Cœur** et il en résulte une **hyperactivité du Feu du Cœur avec agitation mentale, insomnie, rougeur des pommettes, transpirations nocturnes, langue rouge et pelée présentant une fissure centrale**.

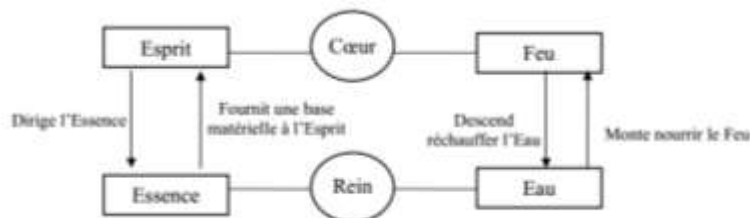
Ces deux situations se caractérisent par une perte de contact entre le Cœur et le Rein. Il faut remarquer que **les relations entre le Cœur et le Rein**, que nous venons de décrire, **diffèrent de celles que l'on trouve dans la théorie des Cinq Eléments** dans laquelle le Cœur et le Rein sont en relation de contrôle mutuel.

2. La racine commune de l'esprit et de l'essence

Le **Cœur abrite l'Esprit**, le **Rein stocke l'Essence**. L'Esprit et l'Essence ont une racine commune. **L'Essence est la substance fondamentale d'où provient l'Esprit**. Autrement dit, **l'Esprit est une manifestation extérieure de l'Essence**.

L'Essence du Ciel Antérieur est le fondement de l'Esprit, tandis que **l'Essence du Ciel Postérieur nourrit l'Esprit**. Un bon approvisionnement en Essence est un préalable indispensable à une bonne production de l'Essence. La relation entre l'Essence et l'Esprit éclaire la conception chinoise du **corps et de l'esprit** en tant que **"tout indissociable"**, ainsi que l'idée de leur influence réciproque et de **leur racine commune qu'est le Qi**.

- Si **l'Essence est faible**, **l'Esprit souffre** et l'individu manque de vitalité, de confiance en soi et de volonté.
- Si **l'Esprit est perturbé** par des problèmes émotionnels, **l'Essence n'est plus dirigée** par l'Esprit et l'individu est fatigué en permanence et manque de motivation (Figure 40 : «Les relations entre le Cœur et le Rein»).



V Relation entre le Poumon et la Rate

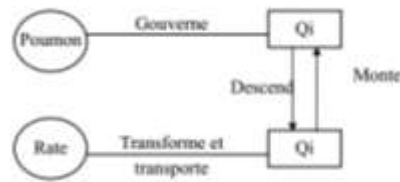
Le lien entre la Rate et le Poumon se fait par l'intermédiaire du Qi et des liquides organiques. Ils s'assistent mutuellement dans leurs diverses fonctions.

- La Rate extrait l'Essence pure des Aliments et l'envoie au Poumon, où elle se combine à l'air pour donner le Qi Complexe. De cette façon, le Qi de la Rate est bénéfique au Qi du Poumon, car il fournit le Qi des Aliments à partir duquel est produit le Qi.
- Inversement, le Qi de la Rate dépend de la fonction de descente du poumon, qui l'aide à transformer et transporter les Aliments et les Liquides Organiques. Le Qi du Poumon exerce une influence sur le Qi de la Rate. D'où l'expression : "La Rate est la source du Qi et le Poumon est l'axe du Qi".

Si le Qi de la Rate est insuffisant, le Qi des Aliments est également insuffisant et la production du Qi, surtout celle du Qi du Poumon, en est altérée. Cela se traduit par de la fatigue, de la faiblesse au niveau des membres, de l'essoufflement et une voix faible. Dans la théorie des Cinq Eléments, ce tableau se nomme "la Terre n'engendre pas le Métal".

Une autre conséquence importante d'un Vide de Rate est que les liquides ne sont pas transformés et peuvent s'accumuler sous forme de Glaires qui s'établissent généralement au Poumon et perturbent ses fonctions. D'où l'expression "la Rate produit les Glaires et le Poumon les stocke".

Si le Qi du Poumon est faible et sa fonction de descente altérée, la Rate ne peut pas transformer et transporter correctement les liquides et il s'ensuit des œdèmes, toux, asthme.



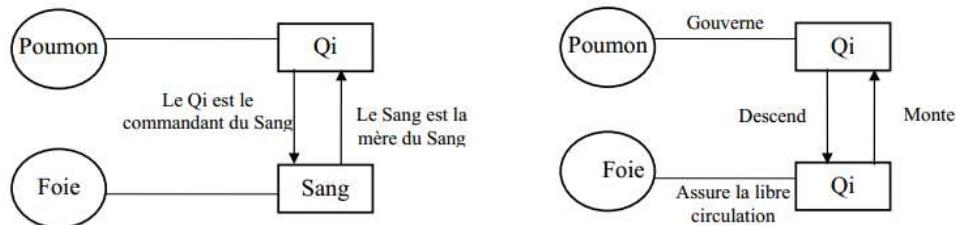
VI Relation entre le Poumon et le Foie

Les relations entre le Poumon et le Foie sont le reflet des **relations entre le Qi et le Sang**.

Le **Poumon gouverne le Qi**, le **Foie contrôle et stocke le Sang**, et tous deux dépendent l'un de l'autre pour la bonne réalisation de ces fonctions. Le **Foie dépend du Qi du Poumon pour contrôler le Sang** et le **Poumon dépend du Qi du Foie pour la libre circulation du Qi**.

Un **Vide de Qi du Poumon** peut perturber la fonction de libre circulation du Foie. Dans ce cas, **l'individu est apathique** (en raison du Vide de Qi), **dépressif** (en raison de la Stagnation du Qi du Foie), il tousse et souffre de douleurs aux hypocondres. C'est ce que l'on nomme "le Métal ne contrôle pas le Bois", dans la théorie des Cinq Eléments.

Si le **Qi du Foie stagne dans la poitrine**, il peut **bloquer la circulation du Qi du Poumon**, **perturber sa fonction de descente** et engendrer de la **toux, de l'essoufflement ou de l'asthme**. C'est ce que l'on nomme "le Bois outrage le Métal", dans la théorie des Cinq Eléments. De plus, la **Stagnation du Qi du Foie** peut engendrer une **montée du Feu du Foie** qui lèse alors le **Yin du Poumon** et entraîne des douleurs des hypocondres, de la toux avec **expectorations de sang** et des **douleurs aux mouvements respiratoires**. C'est ce qu'on appelle "le Feu du Foie outrage le Métal".



VII Relation entre le Poumon et le Rein

Le Poumon et le Rein entretiennent des **relations nombreuses**. Tout d'abord, le **Poumon envoie le Qi et les liquides au Rein** et le **Rein, en retour, maintient le Qi vers le bas, évapore une partie des liquides et renvoie au Poumon, afin de l'humidifier, la vapeur qui en résulte**. La relation entre le Rein et le Poumon peut donc être analysée sous l'angle **du Qi et des liquides**.

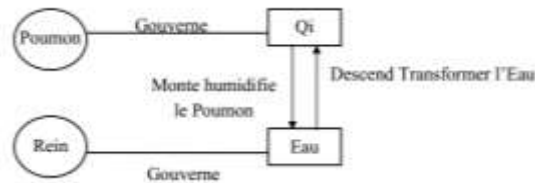
1. Pour ce qui est du Qi, c'est le **Poumon** qui **gouverne le Qi** et la respiration et qui **fait descendre le Qi au Rein**. Le Rein, en retour, **maintient le Qi vers le bas**. Il est donc indispensable que le Rein et le Poumon communiquent bien et réagissent l'un à l'autre. Cette relation se reflète dans la relation qu'entretiennent le Qi Complexe et le bas-abdomen (qui correspond au Rein). Le **Qi Complexe doit monter à la poitrine pour participer à la production du Qi et du Sang**. La fonction du Poumon, qui est de gouverner le Qi et la respiration, dépend donc de la fonction du Rein de recevoir le Qi, et vice-versa.

Si le Rein est faible et sa fonction de réception du Qi altérée, il ne peut pas maintenir le Qi vers le bas. Le Qi va alors remonter à la poitrine, perturber la fonction de descente du Poumon, et entraîner un **souffle court** (surtout à l'inspiration), **de la toux et de l'asthme**.

2. Pour ce qui est des liquides, le Poumon, **contrôle la voie des Eaux** et **envoie les liquides au Rein**. Le **Rein évapore alors une partie de ces liquides** et les renvoie au Poumon pour les humidifier. C'est pour

cela que l'on dit en médecine chinoise que "le Rein gouverne l'Eau et (que) le Poumon est la Source Supérieure de l'Eau".

- Si le **Qi du Poumon est insuffisant**, il ne peut pas faire descendre les liquides et le Poumon ne communique plus avec le Rein et la Vessie, ce qui entraîne de **l'incontinence ou de la rétention d'urine**.
- Si le **Yang du Rein est insuffisant**, il ne peut se transformer et excréter les liquides dans le Réchauffeur Inférieur et ces derniers s'accumulent et entraînent des œdèmes qui vont altérer la fonction de descente et de diffusion du Poumon.
- Un **Vide de Yin du Rein** a pour conséquence un épuisement des liquides du Réchauffeur Inférieur. Il en résulte que les liquides ne montent plus humidifier le Poumon, ce qui entraîne un Vide de Yin du Poumon. Les symptômes caractéristiques en sont : une gorge sèche la nuit, une toux sèche, des transpirations nocturnes, et une sensation de chaleur au niveau des paumes des mains et des plantes des pieds.

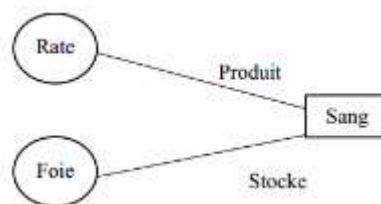


VIII Relation entre le Foie et le Rate

Le Foie et la Rate sont très étroitement liés et on est souvent confronté à des perturbations de leur relation en pratique clinique. Normalement, le Qi du Foie aide la Rate dans sa fonction de transformation, de séparation et de transport. De plus, le Qi du Foie assure également un flux régulier de bile, ce qui facilite la digestion. Si le Qi du Foie est normal, la digestion est bonne et la Rate est bien assistée dans ses fonctions. En assurant la libre circulation du Qi dans tout le corps et dans toutes les directions, le Foie assure la montée du Qi de la Rate, ce qui est son sens normal de circulation.

Une Stagnation du Qi du Foie perturbe la capacité de la Rate à transformer et à transporter la nourriture et les liquides, et plus particulièrement à faire monter le Qi de la Rate. Il en résulte alors des distensions abdominales, des douleurs des hypocondres et des diarrhées. Ceci correspond au tableau dit "le Bois agresse la Terre", dans la théorie des Cinq Eléments, et se rencontre couramment en pratique clinique.

Comme d'habitude, il s'agit ici d'une relation réciproque, et la Rate aide également le Foie à assurer sa fonction de libre circulation du Qi. Si le Qi de la Rate est insuffisant et si donc la fonction de transformation et de transport est perturbée, la nourriture n'est pas digérée correctement et stagne dans le Réchauffeur Moyen. La circulation du Qi du Foie s'en trouve donc affectée, de même que la libre circulation du Qi dans le Réchauffeur Moyen, ce qui provoque des distensions abdominales, des douleurs des hypocondres et de l'irritabilité. C'est ce qui correspond au tableau "la Terre outrage le Bois", dans la théorie des Cinq Eléments

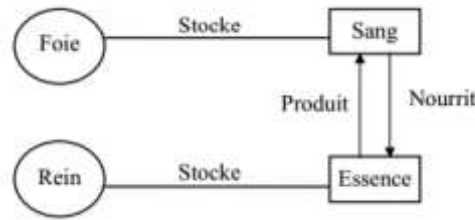


IX Relation entre le Foie et le Rein

Les relations entre le Foie et le Rein. **D'importance considérable** en pratique clinique, reposent sur **l'échange mutuel entre le Sang et l'Essence**. Le **Sang du Foie nourrit et reconstruit l'Essence du Rein** qui, à son tour, **contribue à la production du Sang** (puisque l'Essence produit la moelle osseuse qui, elle-même, produit le Sang). C'est pourquoi on dit que "le Foie et le Rein ont la même origine", et que "l'Essence et le Sang ont la même source". De plus, le **Yin du Rein nourrit le Yin du Foie** (y compris le Sang du Foie), comme le montre bien la théorie des Cinq Eléments lorsqu'elle dit que "l'Eau nourrit le Bois".

- Un **Vide de l'Essence du Rein** peut, à son tour, **engendrer un Vide de Sang** caractérisé par les symptômes suivants : *vertiges, vision trouble et acouphènes*. Si le Yin du Rein est insuffisant, il ne peut nourrir le Yin du Foie.

- **Un Vide de Yin du Foie** conduit à une *hyperactivité* et à une *montée du Yang du Foie* avec *vision trouble, acouphènes, vertiges, irritabilité et céphalées*.
- **Un Vide de Sang du Foie** peut entraîner une **faiblesse de l'Essence du Rein**, puisque cette dernière n'est plus nourrie par le Sang du Foie. Il en résulte de la *surdité, des acouphènes et des pollutions nocturnes*.



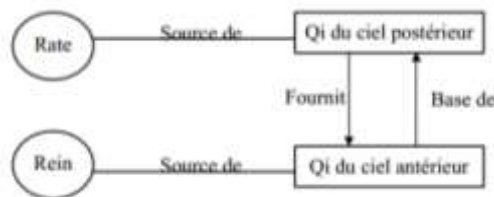
X Relation entre le Rate et le Rein

La relation qui lie la Rate et le Rein est une **relation de nutrition mutuelle**. La **Rate est la source du Qi du Ciel Postérieur**, tandis que **le Rein est la source du Qi du Ciel Antérieur**. Comme nous l'avons déjà mentionné, le Qi du Ciel Postérieur et le Qi du Ciel Antérieur s'assistent mutuellement. Le **Qi du Ciel Postérieur reconstitue inlassablement le Qi du Ciel Antérieur** grâce au Qi produit par les aliments, et le **Qi du Ciel Antérieur aide à la production du Qi en fournissant la Chaleur nécessaire à la digestion et à la transformation** (par l'intermédiaire du **Feu de la Porte de la Vie**).

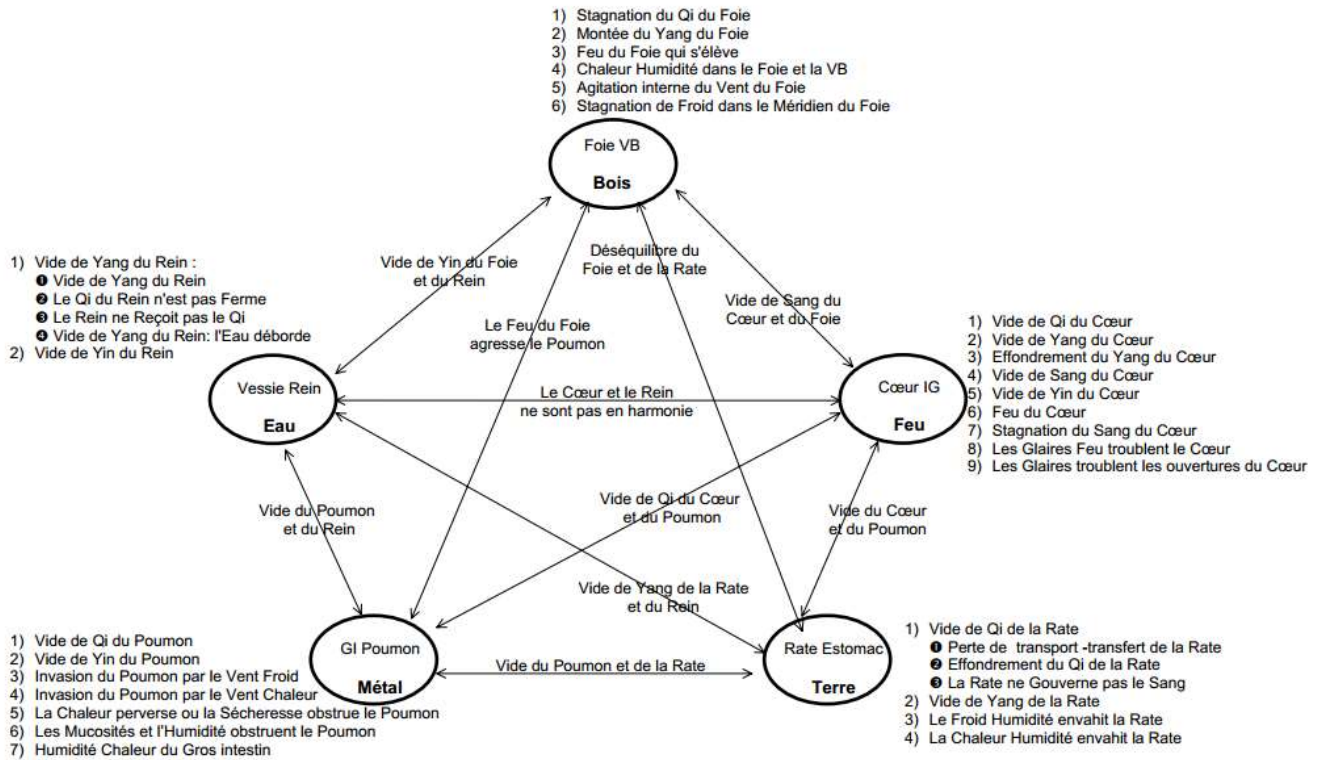
- Si le **Qi de la Rate est insuffisant**, la production de Qi est insuffisante et **ne peut reconstituer l'Essence du Rein** d'où l'apparition de fatigue, perte d'appétit, acouphènes, vertiges et douleurs lombaires.
- Si le **Yang du Rein est insuffisant**, le **Feu de la Porte de la Vie ne peut pas réchauffer la Rate** et l'aider à transformer et transporter, et il en résulte des *diarrhées et de la frilosité*. C'est ce qu'on nomme "*le Feu n'engendre pas la Terre*" dans la théorie des Cinq Eléments.

La Rate et le Rein s'**assistent également** mutuellement pour ce qui est de la **transformation et du transport des Liquides Organiques**.

- Si le **Qi de la Rate ne peut pas transformer et transporter** les liquides, ceux-ci peuvent **s'accumuler et produire de l'Humidité**, qui peut alors perturber la fonction du Rein qui est de gouverner l'Eau, ce qui a pour effet d'augmenter encore l'Humidité.
- D'autre part, si le **Yang du Rein est insuffisant**, le Feu de la Porte de la Vie ne peut plus fournir la Chaleur nécessaire à la Rate pour **transformer les liquides**, ce qui entraîne de l'Humidité ou des œdèmes, des diarrhées et de la frilosité.



Relations entre les Cinq Organes en pathologie



EXERCICES ET QUESTIONS

Après avoir étudié chaque partie de cours, vous pourrez dans un premier temps essayer d'effectuer les exercices que nous vous proposons et qui sont fait pour faciliter l'acquisition des connaissances et/ou le développement de certaines compétences. Ensuite, vous pourrez évaluer vos connaissances en essayant de répondre aux questions d'évaluation d'acquisition des connaissances. Enfin, vous pourrez retourner sur la plateforme pour répondre au Quizz du chapitre. Certaines questions nécessitent une seule réponse et d'autres plusieurs réponses.

I Questions et exercices sur le chapitre « Les Viscères : Organes et Entrailles »

Questions :

- Quelle est la différence entre organes et entrailles ?
- Quelle(s) substance(s) dépendent de l'organe Rein ?
- Quelle(s) substance(s) dépendent de l'organe Cœur ?
- Quel est le lien qui unit le Cœur et le Rein ?
- Quel est le lien qui unit le Poumon et la Rate ?
- Qu'est-ce que le Triple Réchauffeur ? Faites un schéma
- Le Cœur en énergétique chinoise a des fonctions qui peuvent être attribué à quel organe en physiologie occidentale ?
- Quelles sont les entrailles extraordinaires en énergétique chinoise ?

Exercices :

- Faire une fiche synthèse des fonctions principales de chaque organe et de chaque entrailles.
- Essayer de chercher d'associer des manifestations morbides présentes chez des amis, des connaissances, chez vous-même à un déséquilibre d'un Viscère

Par exemple :

Difficulté à la respiration : l'organe de la respiration est le Poumon, mais il est aidé en cela par le Rein. La Rate peut perturber le Poumon par manque de sa fonction de transformation et de montée du Qi.

Troubles digestifs :

Perte de mémoire :

Fatigue générale :